



MONIKKOPERHEIDEN TUKEMINEN

Tutkimus monikkoperheiden asiantuntijoilta ja
vertaisilta saamasta tuesta

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala			
Koulutusohjelma/Tutkinto-ohjelma Sosionomin tutkinto-ohjelma			
Työn tekijä(t) Heidi Asikainen ja Anni Kemppainen			
Työn nimi Monikkoperheiden tukeminen. Tutkimus monikkoperheiden asiantuntijoilta ja vertaisilta saamasta tuesta.			
Päiväys	22.11.2017	Sivumäärä/Liitteet	61/5
Ohjaaja(t) Minna Kaija-Kortelainen ja Pirjo Turunen			
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Savon Monikkoperheet Ry			
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyössä tutkittiin monikkoperheiden kokemuksia niin ammattilaisilta kuin vertaisilta saamastaan tuesta. Työn tavoitteena oli selvittää, millaiseksi perheet ovat kokeneet saamansa tuen, mistä he ovat saaneet tietoa monikkoraskauteen liittyen ja onko tieto sekä tuki ollut heidän mielestään riittävää. Samalla kartoitettiin ohjautuvuutta eri palveluihin.</p> <p>Tutkimusmenetelmänä käytettiin ensisijaisesti kvalitatiivista tutkimusmenetelmää, mutta tutkimuksessa käytettiin myös kvantitatiivista tutkimusmenetelmää. Tutkimusaineisto kerättiin Webropol-kyselyllä sekä teemahaastatteluin. Teemahaastattelut toteutettiin haastatteleamalla 10 ihmistä seitsemästä monikkoperheestä. Haastateltavat olivat yhtä teemahaastatteluun osallistunutta lukuun ottamatta Savon Monikkoperheet Ry:n jäseniä. Haastattelut analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.</p> <p>Opinnäytetyön tulokset osoittivat, että perheillä on vaihtelevia kokemuksia saamastaan tiedosta ja sen riittävydestä. Esille tuli etenkin puutteita tunteiden käsittelyyn, monikkoraskauteen ja vanhemmuuteen liittyen. Toivottiin, että neuvolassa pääsisi heti raskauden alussa keskustelemaan tunteista ja käsittelemään tunteita molempien vanhempien kohdalla. Perheiden omalla tukiverkostolla sekä vertaistuellla oli vaikutusta perheen jaksamiseen. Perheiden jaksamista tukivat myös omien tukiverkostojen lisäksi kunnalta kotiin saadut tukipalvelut. Raskausaikana perheet tahtoivat saada lisää tietoa tulevasta arjesta. Lisäksi lasten syntymän jälkeen perheet toivoivat konkreettista tukea.</p> <p>Johtopäätelmissä todettiin, että kaikki perheet kokivat yhteiskunnan tuoman tuen tärkeäksi. Tiedollinen tuki lievitti perheiden huolta ja pelkoa tulevasta, sekä rauhoitti arjen keskellä kamppailevia vanhempia, jotka tunsivat itsensä riittämättömiksi. Tiedollista tukea tärkeämmäksi koettiin konkreettinen apu kotiin, joka mahdollisti pienen hengähdystauon arjesta sekä mahdollisuuden vanhemmille viettää kahdenkeskistä aikaa. Myös perheiden oma tukiverkosto ja vertaistuki ovat olleet merkittävässä asemassa. Sukulaisten asuessa kauempana vertaistuen merkitys kasvaa. Keskustelu samassa tilanteessa olevien on koettu tärkeäksi niin tiedon saannin kuin haastavien kokemusten jakamisen kannalta.</p>			
Avainsanat monikkoperhe, vertaistuki, arki, vanhemmuus, tukeminen			

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme in Social Services			
Author(s) Heidi Asikainen and Anni Kemppainen			
Title of Thesis Supporting multiple-birth families. A study on the support received by multiple-birth families from professionals and peers.			
Date	22.11.2017	Pages/Appendices	61/5
Supervisor(s) Minna Kaija-Kortelainen and Pirjo Turunen			
Client Organisation /Partners Savon Monikkoperheet Ry			
<p>Abstract</p> <p>This thesis examined the experiences that multiple-birth families have regarding the support they receive from both professionals and peers. The aim of this study was to find out how families experience the received support, where they have found information from, and whether the information was adequate for them or not. Another aim was to gain information on how families find and receive different services provided for them.</p> <p>Quantitative methods were primarily used, but some qualitative methods were also utilized. The data was collected via a Webropol survey and by thematically interviewing 10 people out of seven multiple-birth families. All but one of the interviewees were members of Savon monikkoperheet ry, which is a Finnish association that provides different kinds of support to multiple-birth families. The interviews were analyzed by using a content analysis.</p> <p>The results show that families have varying experiences on received information and its sufficiency. Information shortcomings were found particularly concerning how to handle emotions as well as how to deal with multiple-birth pregnancies and parenting. It was wished that it would be possible in child health centers to discuss the diverse feelings of both parents at the very beginning of the pregnancy. Families' own support networks and peer support had a significant impact on the coping of families in everyday life. Families were also further supported by different support services provided by municipality. Families wished to get more knowledge during pregnancy about their upcoming day-to-day life, while after birth families wished to have more practical help.</p> <p>As a conclusion, it can be stated that all families felt that support from the society was important. Informational support alleviated the families' worries and fears of the unknown as well as soothed those parents who felt inadequate in managing everyday life. Practical help at homes was experienced more important than informational support because it allowed an actual breather from everyday life, as well as gave the parents a chance to spend some quality time together. The families' own support networks and peer support played a significant role as well. When relatives live far away, the role of peer support increases. Discussions with those who have similar family situation were considered important because they enabled to get information and share similar, challenging experiences.</p>			
<p>Keywords</p> <p>Multiple-birth families, peer support, everyday life, parenthood, supporting</p>			

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	6
2	AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET	8
2.1	Työn tavoite ja tarkoitus.....	8
3	MONIKKOPERHEET RY.....	10
3.1	Vertaistuki ja kokemusasiantuntijuus.....	10
3.2	Kokemusasiantuntijuus ja palvelujärjestelmät	11
3.3	Vertaistuen merkitys	11
4	MONIKKOPERHEET SUOMESSA	13
4.1	Monikkoperheiden hyvinvoinnin haasteet.....	13
4.2	Monikkoperheiden toimeentulo ja etuudet	13
4.3	Monikkoperheiden palvelut	15
5	MONIKKOPERHEEN ARKI	16
5.1	Monikkovanhemmuus ja parisuhde	17
5.2	Vanhemmuuden tukeminen	18
6	VARHAINEN VUOROVAIKUTUS MONIKKOPERHEISSÄ	20
6.1	Lasten yksilöllisyyden tukeminen.....	21
6.2	Monikkolasten yksilöllisyyden tukeminen	21
6.3	Monikkolapset varhaiskasvatuksessa	23
7	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	24
7.1	Opinnäytetyön tutkimusmenetelmät.....	25
7.2	Kvantitatiivinen tutkimus	25
7.3	Kvalitatiivinen tutkimus	26
7.4	Triangulaatio tutkimuksessa	27
8	LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS	29
9	TUTKIMUSTULOKSET	31
9.1	Internetkyselyn tulokset	31
9.1.1	Vastaajien taustatiedot.....	31
9.1.2	Monikkoperheiden tiedollinen tukeminen	32
9.1.3	Monikkoperheiden sosiaalinen tukeminen	34

9.2	Teemahaastattelun tulokset.....	34
9.3	Monikkoperheiden tiedollinen tukeminen	35
9.3.1	Vanhemmuuden tukeminen monikkoperheessä	37
9.3.2	Monikkoperheiden arjen tukeminen	38
9.3.3	Monikkoperheiden taloudellinen pärjääminen	38
9.4	Monikkoperheen sosiaalinen tukeminen	38
9.4.1	Monikkovanhemmuus ja parisuhde.....	39
9.4.2	Tukiverkoston tuoma tuki, läheiset ja vertaistuki	39
9.4.3	Ammattilaiset vanhempien tukena ja yhteistyö eri tahojen välillä.....	40
9.4.4	Digipalvelut ja internet vanhempien tukena	41
9.5	Monikkoperheiltä kehittämisideoita.....	42
9.6	Keskeisimmät tutkimustulokset	42
10	JOHTOPÄÄTÖKSET	44
11	POHDINTA.....	46
11.1	Opinnäytetyön prosessi	48
11.2	Jatkotutkimusaiheet ja tulosten hyödyntäminen	48
	LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT	50
	LIITE 1: TEEMAHAASTATTELUN RUNKO	
	LIITE 2: SAATEKIRJE WEBROPOL –KYSELYYN	
	LIITE 3: KUTSU HAASTATTELUUN	
	LIITE 4: LITTEROITUA HAASTATTELUAINEISTOA	
	LIITE 5: WEBROPOL –KYSELY	

1 JOHDANTO

Perheitä, joihin syntyy useampi kuin yksi lapsi kerrallaan, kutsutaan monikkoperheiksi. Monikkoraskaus voi olla odottaville vanhemmille joko iloinen asia tai shokki tai epävarmuuden aikaa. Vanhemmilla voi olla huoli raskauden etenemisestä, synnytyksestä tai synnytyksen jälkeen arjen keskellä elämisestä. Monikkoperheet ovat suuremmassa vaarassa altistua erilaisille riskeille, kuten terveydellisille, sosiaalisille tai taloudellisille riskeille. Monikkoperheet käyttävät enemmän sosiaali- ja terveyspalveluita kuin yksilapsiset perheet. (Karhumäki 2009, 128.)

Vuonna 2015 syntyi 31 kaksosparia Pohjois-Savossa (Suomen Monikkoperheet Ry s.a). Monikkoraskaus ja -lasten syntyminen tuo mukanaan perheelle niin iloisia kuin ristiriitaisiakin tunteita. Monisikiöinen raskaus kuuluu riskiraskauksiin, ja se vaatii erityisseurantaa raskauden aikana. Monikkosynnytys vaatii myös huolellista suunnittelua. Vanhempia olisikin tärkeää tukea jo raskausaikana monikkovanhemmuuteen. Monien tutkimuksien mukaan monikkoperheiden vanhemmat kokevat tarvitsevan-
sa tukea niin raskausaikana kuin synnytyksen jälkeenkin. (Heinonen 2013, 1.)

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Savon Monikkoperheet Ry ja yhdistyksen yhteyshenkilönä puheenjohtaja Marjo Miettinen. Mielenkiintomme opinnäytetyön aihetta kohtaan heräsi omakohtaisen kokemuksen pohjalta. Opinnäytetyön aihe valikoitui luontevasti, koska toisella opinnäytetyön tekijällä on itsellään kaksoset. Omakohtaiset kokemukset ovat tunne siitä, ettei monikkorasauden aikana tai synnytyksen jälkeen saa riittävästi tukea asiantuntijoilta. Haluamme tutkia, ovatko muutkin monikkoperheet kokeneet saman.

Opinnäytetyössä selvitetään monikkoperheiden kokemuksia saamastaan tuesta niin asiantuntijoilta kuin vertaistuellisesti. Tutkimustulosten avulla on mahdollista kehittää Savon Monikkoperheet Ry:n toimintaa, sekä Kuopion kaupungin neuvolapalveluita monikkorasgauksiin ja vanhemmuuteen liittyen siten, että ne vastaisivat paremmin monikkoperheiltä itseltään tulleita tarpeita ja toiveita. Savon Monikkoperheyhdistys on lisännyt yhteistyötään Kuopion ja Siilinjärven alueen neuvoloiden kanssa, joten opinnäytetyön tutkimustulosten avulla voidaan kehittää myös neuvolan toimintaa. Perheitä haastatteleamalla aiheeseen syvennyttään laajemmin, jotta saadaan selvitettyä, miten monikkoperheet ovat kokeneet yhdistykseltä ja neuvolasta saadun tuen sekä kuinka yhdistyksen ja neuvolan toimintaa tulisi kehittää. Ovatko neuvolan työntekijät riittävästi tukeneet vanhempia monikkovanhemmuuteen ja ovatko vanhemmat saaneet tarpeeksi tukea lasten syntymän jälkeen? Opinnäytetyössämme tuella tarkoitetaan vanhemmuuden ja arjen tukemista keskustelujen, tiedon, ohjaamisen sekä palveluiden ja vertaistuen tarjoamista monikkoperheiden arkeen.

Opinnäytetyö tehdään parityöskentelynä. Opiskelemme Savonia-ammattikorkeakoulussa sosionomeiksi ja toinen meistä suuntautuu palveluohjaukseen ja toinen varhaiskasvatukseen. Tulevaisuudessa pystymme molemmat hyödyntämään opinnäytetyön tutkimustuloksia työelämässä erilaisissa sosiaalialan konteksteissa. Opinnäytetyö käsittelee raskausaikaa sekä ensimmäistä vuotta lasten syntymän jälkeen. Sosiaalihuoltolaki muuttui alkuvuonna 2015, minkä myötä lapsiperheiden avun saaminen olisi pitänyt helpottua haastavan arjen keskellä. Opinnäytetyössä tarkastellaan, onko sosiaali-

huoltolain muutos toteutunut monikkoperheiden kohdalla ja ovatko perheet tietoisia lain muutoksesta ja sen vaikutuksesta mahdolliseen tukeen.

2 AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET

Monikkoperheisiin liittyviä tutkimuksia on tehty aikaisemmin jo useampia. Johanna Hyväluoma (2010, 76) on selvittänyt tutkimuksessaan Hyvä alku -hanke kuinka monikkolasten syntyminen vaikuttaa monikkoperheen hyvinvointiin. Tutkimuksessa selvisi, että monikkoperheet elävät haastavan arjen keskellä. Erityispiirteiden keskellä eläminen tuo riskejä monikkoperheen hyvinvoinnille, jossa kohtaavat työntäyteinen arki, parisuhde, työ, taloustilanne sekä vanhemmuuden haasteet. Tutkimuksen mukaan erityisen haastavat elämänvaiheet näyttäisi olevan vauva-aika ja pikkulapsi vaihe.

Heinosen (2013, 100) tutkimuksessa ilmeni vastaavia asioita. Monikkoperheet tarvitsevat tukea jo raskausaikana sekä tietoa monisikiöisestä raskaudesta ja synnytyksestä, vanhemmuudesta, tulevas-ta arjesta ja mahdollisesta avusta. Ammattihenkilöiden tulisi tukea vanhemmuutta niin sairaalassa, neuvolassa kuin kotonakin. Monikkovanhemmat tarvitsevat tietoa heidän erityistilanteestaan. Monikkovanhemmuutta tulisi tukea. Avun tarvetta olisi hyväkartoittaa eri elämänvaiheissa. Moniammatillisen yhteistyön kehittäminen monikkoperheille olisi tärkeää, koska vanhempien jaksaminen vaikuttaa koko perheen hyvinvointiin.

Karhumäen haastattelututkimuksessa selvisi, että alle kolme vuotiaiden lasten vanhemmat olivat väsyneitä ja kokivat riittämättömyyden tunnetta. Samassa tutkimuksessa vanhemmat kertovat, että ovat jääneet ilman kaipaamaansa tukea niin asiantuntijoilta kuin läheisiltä. Monikkoperheet ovat kokeneet vertaistuen tärkeäksi, koska kukaan ei ymmärrä monikkoarkea niin hyvin kuin toinen saman elämäntilanteen kokenut vanhempi. Jotta monikkoperheitä voitaisiin tukea riittävästi, tulisi tunnistaa perheiden erilaiset tarpeet ja vaiheet, jossa he elävät. Tuen tarve on usein suurin lasten ensimmäisten elinkuukausien aikana. (Karhumäki 2009, 132–134.)

Opinnäytetöissä monikkoperheitä on tutkittu niin sosiaali- kuin terveysalan tutkinnoissa. Saimaan ammattikorkeakoulun opinnäytetyössä tutkittiin monikkoperheitä, arjen tukemista ja varhaiskasvatusta. Työn tuloksista selvisi, että monikkoperheissä kaivataan enemmän tukea arkeen (Kallio, Mäki ja Sulkula 2015, 2). Savonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöissä monikkoperheitä on tutkittu hoitotyön koulutusohjelmassa, jossa kehittämishankkeen tuotoksena tuli opas monikkoperheille (Sirviö ja Tuononen 2012). Sosiaalialan tutkimuksia sähköisestä Theseus tietokannasta ei löytynyt. Tämä opinnäytetyö on sosiaalialan tutkimus, joka tutkii monikkoperheiden toimintaa ja kokemuksia.

2.1 Työn tavoite ja tarkoitus

Ennen varsinaista opinnäytetyön aiheen valintaa opinnäytetyötä varten tehtiin esitutkimus. Esitutkimuksella kartoitimme, olisiko opinnäytetyön tutkimuksen aiheelle tarvetta. Esitutkimus tehtiin teemahaastatteleamalla kolmea henkilöä kolmesta perheestä. Esitutkimuksen teemahaastattelun runko vastasi pääpiirteittäin varsinaisen opinnäytetyön teemahaastattelun runkoa (liite 1). Haastattelut nauhoitettiin, litteroitiin ja analysoitiin. Esitutkimuksesta selvisi etteivät perheet tiedä subjektiivisesta oikeudesta lapsiperheiden kotipalveluun. He eivät myöskään tieneet mitä palvelu pitää sisällään tai milloin ja mihin tilanteeseen palvelua voi saada. Nikkilä-Kiipula (2017,6.) kirjoitti Savon sanomissa

samankaltaisen uutisen. Siinä kerrottiin, etteivät lapsiperheet tiedä oikeudestaan kotipalveluun. Perheet eivät tiedä palvelusta, koska palvelusta ei tiedoteta. Kuntia kehoitetaan tiedottamaan palvelusta paremmin, jotta tieto lisääntyisi. Suomessa on myös vahva itse pärjäämisen kulttuuri, mutta tärkeää olisi pyytää apua ennen kuin omat voimavarat loppuvat.

Opinnäytetyön tutkimuksen tavoitteena on selvittää monikkoperheiden kokemuksia saamastaan tuesta asiantuntijoilta sekä vertaistuelta: ovatko monikkoperheet kokeneet tukensa riittäväksi ja oikea-aikaiseksi. Opinnäytetyössä tuella tarkoitetaan vanhemmuuden ja arjen tukemista keskustelujen, tiedon, ohjaamisen sekä palveluiden ja vertaistuen tarjoamisella monikkoperheiden arkeen. Tutkimustulosten avulla monikkoperheiden palveluita voidaan kehittää perheiden kokemusten perusteella. Tutkimuksen keskeiset käsitteet ovat monikkoperheet, vanhemmuuden tukeminen, arjen tukeminen sekä vertaistuki. Käsitteistä kerrotaan tarkemmin luvuissa 3–6.

Tämän opinnäytetyön tutkimusongelma on seuraava:

Millainen on monikkoperheiden kokemus saamastaan tuesta?

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

Millaiseksi monikkoperheet kokevat saamansa tuen?

Mikä tuen merkitys on ollut monikkoperheille?

3 MONIKKOPERHEET RY

Savon Monikkoperheet Ry kuuluu valtakunnalliseen Suomen Monikkoperheet Ry:n alaisuuteen. Suomen Monikkoperheet Ry on perustettu vuonna 1995 ja toimintaa rahoittavat pääsääntöisesti Veikkaus ja Stean. Suomessa on 18 alueellista monikkoperhejärjestöä, joista yksi on Savon Monikkoperheet Ry. Toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen. Aluekohtaiset yhdistykset määrittelevät itse jäsenmaksun määrän, joiden turvin yhdistyksen toimintaa rahoitetaan. Savon Monikkoperheet Ry on toiminut jo vuodesta 1980 lähtien, vuoden 2016 lopussa yhdistyksessä oli 64 jäsen perhettä. (Suomen Monikkoperheet Ry s.a; Savon Monikkoperheet Ry 2016.)

Suomen Monikkoperheet Ry:n sivustolta löytyy paljon tietoa niin raskauteen, imetykseen kuin arkeenkin liittyen monikkoperheille. Yhdistys pyrkii vaikuttamaan toiminnallaan siihen, että monikkoperheiden asema olisi yhdenvertainen yksittäin syntyvien lasten perheiden kanssa. Suomen Monikkoperheet Ry:n tavoitteena on lisätä tietoutta monikkoraskauteen liittyen ja edistää perheiden asemaa. Järjestön tarjoama vertaistuki ja mahdollisuus jakaa kokemuksia vastaavassa tilanteessa olevien kanssa ovat tärkeitä jäsenille. Järjestö jakaa tietoa monikkoraskaudesta ja vanhemmuudesta esimerkiksi neuvoloille, jotta tieto tavoittaisi vanhemmat jo raskausvaiheessa.

Suomen Monikkoperheet ry:n toiminnan tavoitteina on edistää vaikuttamista, asiantuntijuutta ja vertaistukea. Yhdistys tekee joka neljäs vuosi strategian jonka pohjalta he toimivat suunnitelmallisesti ja tavoitteellisesti käytössä olevin resurssein. Vuosien 2017-2020 painopisteet ovat vaikuttamistyössä, viestinnän kehittämisessä, monikkoperhevalmennuksessa, vapaaehtoistyön kehittämisessä sekä ammattilaisiin kohdistuvassa tiedottamisessa ja yhteistyössä. Lisäksi tavoitteena on 25-vuotisjuhlavuoden kunniaksi julkaista monikkoteos vuonna 2020 sekä järjestää monikkoperheille suunnattu tapahtuma. Savon Monikkoperheet Ry tekee yhteistyötä muun muassa Kuopion yliopistolaisen sairaalan (KYS) kanssa järjestämällä monikkoperhevalmennusta monikoita odottaville perheille. Tiedon jakamisen lisäksi yhdistys tarjoaa jäsenilleen vertaistukea, tapaamisia ja toimintaa, sekä koulutusta esimerkiksi tuleville monikkoperhevalmentajille. (Savon Monikkoperheet Ry 2016.)

3.1 Vertaistuki ja kokemusasiantuntijuus

Vertaistoiminta voi olla niin yksilö-, yhteisö-, järjestö- kuin ammattilaislähtöistä toimintaa ja se perustuu vapaaehtoisuuteen. Yhteistä näillä taustoiltaan erilaisilla vertaisryhmillä on kuitenkin vastavuoroisuus, tasavertaisuus, yhteisöllisyys, voimaantumisen, toisten kunnioittaminen ja itsemääräämisoikeus. Toiminta voi olla myös vapaamuotoisempaa, esimerkiksi yhdessä olemista ja liikuntaa tai sitten ohjattua toimintaa, jolloin tapaamista voi ohjata kokemusasiantuntia tai asiaan koulutautunut ohjaaja. (Jyrkämä 2010, 26–32, 49; Laimio ja Karnell 2010, 16.) Silloin kun yksilö perustaa vertaisryhmän omaan elämäntilanteeseensa liittyen, ryhmän toiminta on kokemustietoon pohjautuvaa. Kokemustietoa voi olla myös ammattilaisen pitämässä ryhmässä, mutta tuolloin työstä ja opiskelusta saatu tieto limittyy keskenään kokemustiedon kanssa. (Jyrkämä 2010, 34.)

Aina ei tarvitse kuitenkaan kohdata kasvotusten vaan vertaistukea voi saada myös internetin välityksellä esimerkiksi erilaisten keskustelupalstojen, chattien ja sivustojen kautta. Verkon kautta tapahtuvien vertaistukiryhmien vahvuus on se, etteivät ne ole aikaan tai paikkaan sidottuja, vaan osallistujia voi itselleen sopivana ajankohtana käydä keskustelussa tai sivustolla lukemassa muiden kokemuksista ja kirjoittamassa omista kokemuksistaan. Useilla sosiaali- ja terveystalouden järjestöillä on nettisivustojen lisäksi vertaistuellisia keskusteluryhmiä. (Huuskonen 2010, 72–75; Nylund 2005, 201–202.) Satu Taskinen on pro gradu -tutkielmassaan selvittänyt verkossa toimivaa vertaistukea. Tutkielman perusteella internetissä toimivassa vertaistuksessa arvostettiin sen helppoutta, mahdollisuutta pysyä nimettömänä sekä nopeutta. Luotettavuus ja muiden samassa tilanteessa olevien kohtaaminen koettiin tärkeäksi ja omaa hyvinvointia parantavaksi. (Taskinen 2017, 59–62.)

3.2 Kokemusasiantuntijuus ja palvelujärjestelmät

Kokemustieto on jokaisen oman elämän aikana opittua tietoa, omaa kokemusta. Kokemustietoon vaikuttaa yksilön kokemus niin itsestään, kuin ympäristöstäänkin. Kokemustietoa ei voi opiskella vaan se karttuu oman elämäntilanteen mukaisesti (Hietala ja Rissanen 2015, 13; Vahtivaara 2010, 21), kuten esimerkiksi monikkolasten vanhemmuuden tai mielenterveysongelman myötä tullut oma-kohtaisuus. Kokemusasiantuntija on käynyt läpi eri tunteet ja vaiheet tilanteeseensa liittyen, käyttänyt eri palveluita tilanteestaan riippuen, on tietoinen omista voimavaroistaan ja resursseistaan, tietää mitkä asiat ovat edesauttaneet tai estäneet häntä tai hänen läheisiään selviämään kohtaamisissaan tilanteissa. Vertaissuhteista poiketen kokemusasiantuntijaksi kouluttaudutaan oman kuntoutumisen ja voimavarojen niin salliessa. (Hietala ja Rissanen 2015, 13–14.)

Kokemustiedon sekä vertaistoiminnan avulla saadun tiedon kautta voidaan kehittää nykyisiä palveluita ja palvelujärjestelmiä yhteistyössä eri järjestöjen ja ammattilaisten kanssa. Oman ja muiden kokemusten jakaminen tuo erityisryhmien ääntä paremmin kuuluville, sekä sen myötä vaikuttaa asiakastyöhön ja sen laatuun tai palveluihin. (Hietala ja Rissanen 2015, 14, 19–28.) Toisaalta myös julkisten palvelunjärjestäjien puolelta voidaan asiakasta ohjata vertaistuen piiriin sekä antaa hänelle tietoa mahdollisista vertaistuksista, joita hänen kohdallaan olisi syytä miettiä. Haastavaa työntekijän kannalta onkin muistaa tai edes tietää kaikkia järjestöjä ja vertaistukiryhmiä joita olisi tarjolla. Tärkeässä asemassa tässä on myös järjestöjen oma aktiivisuus ja kyky markkinoida ja tiedottaa itsestään. Yhteistyö vertaisryhmien ja ammattilaisten välillä on yleistä ja jopa pakollistakin ainakin joissain määrin, jotta molempien tahojen toiminta mahdollistuisi ja olisi asiakaslähtöisempää sekä laadukkaampaa. (Jyrkämä ja Huuskonen 2010, 82–83.)

3.3 Vertaistuen merkitys

Henkilön, joka on samankaltaisessa elämäntilanteessa tai samojen ongelmien kanssa on hänelle helppompaa puhua omista tunteistaan ja ajatuksistaan. Toinen pystyy samaistumaan koettuihin tilanteisiin ja tunteisiin helpommin, kuin sellainen joka ei näitä ole henkilökohtaisesti kokenut. Keskinäinen ymmärrys ja koettu empatia ovat erilaista kuin vaikka perheeltä tai ammattilaiselta, jotka eivät ole kokeneet samaa. Usein vertaistukiryhmä voi olla myös se ensimmäinen paikka, jossa pääsee avoi-

mesti kertomaan tuntemuksistaan ja huomaamaan, ettei ole yksin tilanteessaan tai ongelmansa kanssa. (Laimio ja Karnell 2010, 18–19; Nylund 2005, 200–201.)

Turvallinen, tasa-arvoinen ja vastavuoroinen tilanne takaa jokaiselle mahdollisuuden päästä puhumaan ja kuuntelemaan siinä määrin kuin itse kokee hyväksi. Vastavuoroisuutta vertaistueessa tarkoittaa myös se, että pääsee itse jakamaan ja kuulemaan muiden kokemuksia, pääsee itse auttamaan ja tulla itse autetuksi. Itsetunto kehittyy ja kokemus samaistumisesta toiseen vertaiseensa mahdollistavat oman itsensä kehittämistä ja oman tilanteensa ja tunteidensa hyväksyminen helpottuu. Ymmärrys siitä, ettei olekaan yksin tai ”poikkeava”, vaan nämä tunteet ovat normaaleja tilanteeseen liittyviä kokemuksia. (Laimio ja Karnell 2010, 18–19; Nylund 2005, 200–201.) Kärnä (2006, 74) on pro gradu -tutkielmassaan käsitellyt monikkoperheiden vertaistukea ja tutkimuksen mukaan vertaistuki on koettu tärkeäksi, etenkin lasten ollessa pieniä. Tutkimuksessa niin tiedollinen ja konkreettinen tuki kuin myös henkinen tuki koettiin tärkeäksi, jolloin myös oma jaksaminen arjessa helpottui.

4 MONIKKOPERHEET SUOMESSA

Suomessa kaikista synnytyksistä monisikiöisiä synnytyksiä oli 1,4 % vuosina 2014 ja 2015. Vuonna 2014 oli 57 639 synnyttäjää, joista monikkosynnytyksiä oli 777 kappaletta. Vuonna 2015 synnyttäjiä oli 55 007, joista monikkosynnytyksiä oli 744 kappaletta. Vuonna 2016 oli 52 874 synnytystä, joista 738 oli monikkosynnytyksiä. (THL 2015, 2016.) Pohjois-Savon alueella vuosina 2014–2015 kaksosynnytyksiä oli 32 ja 26. Kyseisinä vuosina kolmosia tai nelosia ei syntynyt Pohjois-Savon alueella. Luvut ovat vuoden 2016 kuntajakoa käyttäen laskettu. (Heikkilä 2016-11-24.)

4.1 Monikkoperheiden hyvinvoinnin haasteet

Monikkoperheet voivat kokea ristiriitaisia tunteita, kuten ilon tunnetta vauvoista ja samanaikaista huolta riskiraskaudesta. Monikkoraskaus on riski niin odottavalle äidille kuin syntyville lapsillekin. Monikkoraskaudet ovat yleistyneet Suomessa 1980-luvulta lähtien. Syynä tähän ovat ensisynnyttäjien iän nousu sekä hedelmöitys- ja lapsettomuushoitojen yleistyminen. Jo raskausaikana lapset ja äiti ovat tarkemmassa seurannassa kuin yhtä lasta odottavat. Raskausaikaan liittyy usein komplikaatioiden, sikiöiden kehityshäiriöiden ja ennenaikaisen synnytyksen riski. (Karhumäki 2009, 128–129.) Monikkoraskauksista noin puolet syntyvät sektiolla, ja usein lapset syntyvät ennenaikaisesti. Jos lapset syntyvät vammaisina tai ennenaikaisesti, monikkoperheen hyvinvointi ja toimeentulo voivat heikentyä. Lapset saattavat tarvita syntymän jälkeen tehostettua hoitoa, tutkimuksia tai lisääpua kotihoitoon, jotka taas lisäävät terveydenhuollon kustannuksia perheelle. (Hyväluoma ja Karhumäki 2010, 144–146, 166.)

Mikäli vain toinen lapsista syntyy vammaisena, tuo tämäkin lisää haasteita perheen arkeen. Tilanne aiheuttaa usein ahdistusta ja masennusta perheessä. Terve sisarus voi kokea syyllisyyttä siitä, että on terve ja kehittyy nopeammin kuin kaksoissisar; sairas sisarus taas voi kokea hämmennystä tilanteesta. Vanhemmat huomaavat kehityksen erot ja saattavat herkemmin vertailla terveen ja vammautuneen lapsen kehitystä. Vanhempien olisi hyvä saada tietoa tilanteesta, jossa toinen tai kumpikin lapsista on sairas tai vammautunut, sekä aikaa käsitellä asiaa ja sen herättämiä tunteita. (Kumpulainen 2010, 29–30.) Monikkolasten syntyessä ennenaikaisesti tai vammaisina, toimeentulon sekä hyvinvoinnin riskit kasvavat (Hyväluoma ja Karhumäki 2010, 146–147). Cambridgen yliopistossa on tehty tutkimus monikkoperheistä, joissa toinen lapsista on vammautunut. Tutkimuksen mukaan vanhemmat ovat kokeneet voimavaransa vähäisiksi ja syyllisyyttä omasta rajallisuudestaan. Samassa tutkimuksessa ilmeni, että vanhemmille vertaistuki sekä oman lähipiirin tukiverkosto on merkityksellinen. (Bolch, Davis, Umstad ja Fisher 2012.)

4.2 Monikkoperheiden toimeentulo ja etuudet

Monikkoperheen hyvinvointi liittyy myös vahvasti toimeentuloon. Hankinnat monikkoperheissä ovat vähintäänkin kaksinkertaiset verrattuna yksilapsiseen perheeseen. Monikkoperheissä suurimmat kustannukset tulevat yleensä heti syntymän jälkeen, kun lisäkuluja aiheuttavat terveydenhuollon kustannukset, lastentarvikehankinnat sekä mahdolliset hoito- ja kotipalvelun tarpeet. Äiti tarvitsee mah-

dollisesti pidempää osastohoitoa, sekä syntyvät lapset tehostettua hoitoa. Tämä lisää kustannuksia perheelle. Keskosina syntyneet vauvat saattavat tarvita lääkkeitä tai erikoisäidinmaidonkorvikkeita jotka ovat myös kallis kuluerä. Lastentarvike kustannukset ovat myös merkittävä kuluerä, varsinkin jos lapset ovat perheen ensimmäiset eikä sisarusten tarvikkeita voi kierrättää lapselta toiselle ja vaikka sisaruksia olisikin, toiselle lapsista on kuitenkin hankittava tarvittavat tarvikkeet. Lastentarvikkeet kuten rattaat, turvakaukalot, syöttötuolit, sängyt ja muut vastaavat käyttötavarat, voivat muodostaa perheelle taloudellisia paineita. Taloudellisia paineita voi lisätä myös tilan puute, jolloin perheen on harkittava asunnon tai auton vaihtoa suurempaan. Monikkovanhempien voimavarat voivat kuluu suurelta osin raha-asioista huolehtimiseen. (Hyväluoma ja Karhumäki 2010, 146–147.)

Taloudellisten paineiden ja kasvatushaasteiden keskellä myös parisuhde joutuu koetukselle. Monikkovanhemmuus on erityishaasteiden keskellä elämistä, jossa mahdollisesti taloudelliset haasteet kuormittavat perhettä. Tulisi kuitenkin huomioida, että hyvinvointi koostuu muustakin kuin elintasosta, eivätkä kaikki monikkoperheet pidä vanhemmuutta erityisen kuormittavana. (Hyväluoma ja Karhumäki 2010, 144–146, 166.) Monikkoperheet ovatkin useammin tekemisissä sosiaali-, terveystyö- ja kasvatustyöntekijöiden kanssa. Yhteistyö monikkoperheiden sekä heidän kanssaan työskentelevien eri tahojen, esimerkiksi neuvolan ja päiväkodin välillä olisi suositeltavaa, jotta he voisivat keskustella mahdollisista huolista ja niihin voitaisiin puuttua mahdollisimman varhain. (Karhumäki 2009, 128.)

Monikkoperheiden on mahdollista saada Kelasta tiettyjä sosiaalietuuksia enemmän tai pidempään kuin yhden lapsen saaneet perheet. Äidin jäädessä raskauden vuoksi sairauslomalle voi Kelasta saada sairauspäivärahaa. Jos äiti joutuu raskauden aikana olemaan poissa työstä työhön liittyvän vaaratekijän vuoksi, on hänen mahdollista saada erityisäitiysrahaa. Monikkoraskauksissa äiti jää myös yleensä aikaisemmin äitiysvapaalle, jolloin on mahdollista saada äitiyspäivärahaa. Äidillä on mahdollisuus valita milloin hän aloittaa äitiysvapaan, kuitenkin 30–50 arkipäivää (5–8 viikkoa) ennen laskettua aikaa. (Kela 2017.)

Äitiysavustus on mahdollista saada moninkertaisena. Äitiysavustus lasketaan niin, että toisesta lapsesta saa kaksi, kolmannesta kolme äitiysavustusta ja niin edelleen. Tämä tarkoittaa esimerkiksi kaksosten saaville perheille kolmea avustusta, jotka voidaan valita joko pakkauksina, rahana tai sekä että. Äitiysrahaan tai isyysrahaan ei makseta korotuksia monikkoperheille. (Kela 2017.)

Vanhempainrahaa maksetaan 60 päivää pitempään toisesta lapsesta alkaen. Tämä on mahdollista hyödyntää myös siten, että molemmat vanhemmat ovat yhtä aikaa kotona hoitamassa lapsia. Vanhempainrahan voi siis valita maksetaanko etuus 60 päivää yhdelle vanhemmalle vai hoitavatko molemmat vanhemmat lapsia kotona, jolloin nämä 60 päivää jaetaan vanhempien kesken. Toisen puolisella on mahdollista olla heti syntymän jälkeen kotona noin 13 viikkoa, jos hyödyntää isyysvapaat sekä 60 päivää vanhempainrahakaudesta. Lapsilisät maksetaan lapsiluvun perusteella. Siihen ei vaikuta se, syntyvätkö lapset yhtä aikaa vai ei. (Kela 2017.)

4.3 Monikkoperheiden palvelut

Suomessa erilaiset lait velvoittavat ja määrittelevät kunnan tarjoamat palvelut. Näihin lakeihin keskityttiin opinnäytetyön kontekstissa. Terveystoimintolain (2010) pykälässä 15 määrittää kunnan järjestämät neuvolapalvelut ja pykälässä 33 perusterveydenhoidon ja erikoissairaanhoidon yhteistyö sekä se mitä ne sisältävät. Monisikiöisissä raskauksissa neuvola ohjaa perheen erikoissairaanhoidon piiriin, koska monisikiöraskaus on riskiraskaus ja sen vuoksi äiti tarvitsee tarkempaa raskausajan seurantaa ja seurantaa, kuin mitä yhtä lasta odottava. Pohjois-Savon alueella erikoissairaanhoidon ja äitiyspoliklinikka sijaitsevat Kuopion yliopistollisessa sairaalassa (KYS).

Terveystoimintolain (2010, § 23) perusteella on laadittu valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta. Valtioneuvoston asetuksen tarkoituksena on varmistaa raskaana oleville, heidän perheilleen ja alle kouluikäisille suunnitelmallista, tasoltaan yhtenäistä niin yksilön kuin väestönkin tarpeet huomioivaa kunnallisen terveydenhuollon järjestämää terveysneuvontaa sekä -palveluita (§ 1). Täydentävän terveysneuvonnan (§ 15) nojalla järjestetään ensimmäistä lastaan odottaville perheille perhevalmennus, johon sisältyy vanhempainryhmätoimintaa. Terveystoimintolain pykälän 15 mukaan tarjota raskausaikana molemmille vanhemmille ja sen tulisi sisältää tietoa raskausajasta ja synnytyksestä sekä niihin liittyvistä riskeistä. Terveystoimintolain pitäisi sisältää myös tietoa mahdollisista mielenterveyden muutoksista liittyen raskausaikaan, synnytykseen ja lasten hoitoon. Terveystoimintolain antaessa tulisi myös kiinnittää huomiota vanhemman ja lapsen väliseen varhaiseen vuorovaikutukseen sekä tukea sitä.

Savon Monikkoperheet Ry järjestää yhteistyössä Kuopion yliopistollisen sairaalan kanssa vuosittain kolmesta neljään kertaan monikkoperhevalmennuksia. Valmennukset ovat kaksipäiväisiä. (Savon Monikkoperheet Ry 2016b.) Hyvä alkku -hankkeen loppuraportissa (2012) käy ilmi, että kunnissa järjestetään monikkoperhevalmennuksia eri tavoin. Usein ne keskittyvät sairaaloiden pidettäväksi yhteistyössä paikallisen monikkoperheyhdistyksen kanssa. Hanke toi toimintamalleja, kuinka esimerkiksi neuvolan työntekijä voi itse toteuttaa valmennusta käytännössä. Eduskuntaan on tehty kirjallinen kysymys vuonna 2011, jossa on kritisoitu monikkoperhevalmennuksen siirtymistä neuvoloille. Neuvolan terveydenhuollon monikkoperheitä koskeva erityisosaaminen on alueellisesti ollut puutteellista. (Väätäinen 2011.)

Sosiaalihuoltolaki (2014) uudistui vuonna 2015, jonka jälkeen lapsiperheille on tullut subjektiivinen oikeus lapsiperheiden kotipalveluun. Sitä toteutetaan sosiaalihuoltolain pykälien 14 ja 19 mukaisesti kunnan sosiaalipalveluna, jolloin asiakkuutta lastensuojeluun ei enää tarvitse olla saadakseen apua kotiin. Kotipalvelu on suunnitelmallista ja tavoitteellista yhteistyötä perheen kanssa, jossa pyritään vahvistamaan perheen omia voimavaroja ja selviytymiskeinoja haastavan ja toimintakykyä rajoittavan tilanteen kohdatessa. Monikkoperheet ovat yksi kohderyhmä, jolle lapsiperheiden kotipalvelua on mahdollista saada. Tuen saanti riippuu perheiden yksilöllisestä tilanteesta. (Kuopion kaupunki 2015.)

5 MONIKKOPERHEEN ARKI

Monikkoperheisiin kohdistuvat niin fyysiset, psyykkiset, taloudelliset kuin sosiaalisetkin paineet, jotka voivat altistaa erinäisille riskeille, kuten lasten terveydentilan tai kehityksen ongelmille, toisen tai molempien vanhempien ahdistusoireille tai masennukselle, eristäytymiselle, taloudellisille vaikeuksille ja parisuhdeongelmille. Kunnan viranomaiset ovat velvollisia lastensuojelutyöhön, jota järjestetään muun muassa peruspalveluiden piirissä. Neuvolan on järjestettävä terveystarkastukset ja terveysneuvonta siten, että lapsen ja perheen erityistuen tarve tunnistetaan mahdollisimman varhaisessa vaiheessa ja järjestetään viiveettä tarpeen mukainen tuki. (Karhumäki 2009, 128, 154.) Vanhempien riittämätön uni ja väsymys ovat monikkoperheissä yleisiä ja vanhempien väsymys vaikuttaa koko perheen hyvinvointiin. Huolenpito voi olla suorittamista ja välttämättömyimpien perustarpeiden antamista. Vanhempien omat oletukset lastenhoidosta ja kiireinen arki monikkoperheessä saattavat aiheuttaa pettymyksen tunteita vanhemmissa. Väsymys yhdistettynä muuhun vanhempiin kohdistuvaan stressiin voi aiheuttaa vanhemmissa kielteisiä tunteita lapsiaan kohtaan. Tämä saattaa altistaa masennukselle ja oman käyttäytymisen kontrollin menetykselle. Tärkeää olisikin, että vanhemmat tunnistaisivat omat tunteensa sekä pystyisivät kertomaan niistä tukiverkostolleen ja asiantuntijoille, kuten neuvolan terveydenhoitajalle. (Kumpula 2010, 8.)

Ammattilaisten tulisi tiedostaa monikkoperheisiin liittyvät riskitilanteet, kuten tunnesiteiden luominen useamman vauvan kanssa, vanhempien vaikeus jakaa huomiota kaikille lapsille tasapuolisesti sekä lasten kilpailutilanne vanhemman huomiosta. Näistä aiheutuu stressitilanteita ja vanhemmat saattavat ratkaista vaikeat tilanteet tavalla, jotka eivät tue lasten tervettä yksilökehitystä. Monikkovanhemmuuden voimavaroja koetellaan enemmän kuin yhden lapsen vanhemmuuden voimavaroja, koska yleisesti ottaen useamman vauvan hoitaminen on raskaampaa. Tärkeää olisikin kannustaa vanhempia puhumaan monikkoarjestaan ja tuntemuksistaan. Perheen jaksaminen olisi hyvä varmistaa ja tarvittaessa auttaa perhettä hakemaan vauvanhoitoapua. (Kumpula 2010, 6-8, 18, 38.) Kumpula (2010, 8) tuokin esille vanhempien riittämättömyyden tunnetta silloin kuin hoidettavana on kaksi saman ikäistä lasta. Vanhemmat kokevat haastavaksi sen, että lasten tarpeisiin tulisi pystyä vastaamaan samanaikaisesti. Johanna Hyväluoma (2010, 43) on saanut vastaavia tuloksia tutkimuksessaan, jossa selvitettiin muun muassa kokemuksia monikkovanhemmuuden haasteista. Vanhemmuus monikkoperheissä on koetuksella moninkertaisen lastenhoidon työmäärän vuoksi, joten vanhempien väsymys ja uupumus voi olla jokapäiväistä.

Useamman vastasyntyneen lapsen kanssa äidillä on harvoin mahdollisuus olla vain yhden lapsen kanssa. Äidillä voi olla hankaluuksia selviytyä yksin sekä kodin että monen vastasyntyneen lapsen hoidosta. Silloin kumppanin merkitys kasvaa mikä puolestaan vahvistaa perheen yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Moilanen 2007, 28.) Monikkoperheissä on tärkeää tukea lasten keskinäistä suhdetta, mutta myös lasten yksilöllisyyden tukeminen on erityisen tärkeää. Lasten keskinäinen kilpailu ja riitely ovat osa monikkoperheen arkea. Vaikka riitely ja kilpailu kuuluvat osana normaaliinkin sisaruussuhteeseen, monikkolasten kohdalla riitelyn voi kuulua erityisiä piirteitä. Jatkuva lasten yhdessä olo voi edesauttaa muun muassa kinastelua sekä mustasukkaisuutta toisesta ja huomiosta. Tärkeää olisikin,

että vanhempi voisi viettää aikaansa myös pelkästään toisen sisaruksen kanssa kerrallaan, tällöin myös lapset oppivat tekemään asioita ilman toista. (Kumpula 2010, 21–22.)

Heinonen (2013, 19, 75, 100) toteaa väitöskirjassaan, että monikkoperheen vanhemmat kokevat tärkeäksi sosiaali- ja terveystoimen tuen, mutta vain puolet pitävät saamaansa tukea riittävänä. Väitöskirjan tutkimustuloksia voitaisiin hyödyntää perhehoitotyön kehittämisessä ja ammattihenkilöiden kouluttamisessa. Tutkimustulosten perusteella perhehoitotyön ammattihenkilöiden koulutus ja tiedon lisääminen monikkoperheeseen liittyvistä asioista olisi tarpeellista.

Sote-uudistuksen suunnitellaan astuvan voimaan vuonna 2020. Sen myötä palveluiden pitäisi olla yhdenvertaisia kaikille. Palveluita tulisi tarjota oikea-aikaisesti, vaikuttavasti ja tehokkaasti. Sote-uudistuksen rinnalla suunnitellaan hallituksen kärkihanketta, lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelmaa, johon kuuluu myös perhekeskustoimintamallin kehittäminen. Perhekeskuksen tavoitteena on tuoda lapsi- ja perhepalvelut saman katon alle matalan kynnyksen palveluina. Lapsen ja nuoren hyvinvoinnin tukena perhekeskuksessa toimivat yhteistyössä varhaiskasvatus, koulu ja oppilaitos sekä erityistason palvelut, joita ovat esimerkiksi lastensuojelu, lastenpsykiatria, vammaispalvelut, kuntoutus sekä aikuisten mielenterveys- ja päihdepalvelut. Erityispalvelut tukevat peruspalveluiden toimintaa. Perhekeskukseen sisältyy myös sähköinen perhekeskus, jossa on mahdollista saada sähköisiä palveluita. Lisäksi perhekeskustoiminta antaa arjen tukea ja monipuolista palvelutarjontaa sekä uusia mahdollisuuksia toiminnan järjestämiseen. (Pelkonen ja Hastrup 2017, 4–10.) Perhekeskuksen avulla myös monikkoperheiden palveluita voitaisiin parantaa. Etenkin silloin, kun perheen tukiverkosto on vähäinen ja avun tarve lisääntyy. Perheen olisi helpompi pyytää ja mahdollisesti saada apua, kun eri palvelut olisi järjestetty samaan yksikköön. Tukea olisikin tärkeä saada oikea-aikaisesti ennen kuin ongelmat kasaantuvat.

5.1 Monikkovanhemmuus ja parisuhde

Suhdetta, jossa on kaksi osapuolta, kutsutaan parisuhteeksi. Nykyään parisuhteelta vaaditaan enemmän kuin aikaisemmin. Aikaisemmin yhteisöt, suku ja perhe ovat voineet auttaa parisuhteita, kun taas nykypäivänä parin on usein selviydyttävä itse arjen tehtävistä. Parisuhteen toisen osapuolen rooli korostuu tässä, sillä juuri tältä toiselta osapuolelta odotetaan apua, tukea ja kanssakäymistä. Parisuhteeseen kuuluvat lisäksi odotukset seksistä, rakkaudesta, kiintymyksestä ja taloudellisesta tukemisesta. Hyvässä parisuhteessa on hyvä elää ja tutkimuksien mukaan hyvä parisuhde vahvistaa itsetuntoa, psyykkistä hyvinvointia, terveyttä sekä vastustuskykyä. (Rotkirch 2014, 49–88.)

Vanhempien parisuhde saattaa olla koetuksella, kun monikkoarki haastaa molemmat vanhemmat sitoutumaan perheeseen. Arkea voi kuormittaa ansiotyön paineet sekä kotona haastava monikkoarki. Toinen vanhemmista voi kokea oman vastuunsa perheessä turhauttavalta, koska ei tiedä kuinka tukea puolisoa. Monikkoperheissä molempien vanhempien täysipainoinen osallisuus perheen arkeen vaikuttaa myös perheen hyvinvointiin ja parisuhteeseen. Molempien vanhempien osallisuus saa heidät tuntemaan itsensä tärkeiksi. Vanhemmilla voi olla eri käsitykset perheen jaksamisesta ja he kokevat eri asiat haastavina. Toinen vanhemmista kokee jaksamisen kuormittavana ja toinen van-

hemmista huolehtii perheen toimeentulosta. Vanhemmat saattavat tuntea olevansa avun tarpeessa, mutta häpeilevät pyytää sitä. Omillaan pärjäämistä ihannoidaan jopa silloin, kun oma jaksaminen tuntuu ylivoimaisen raskaalta. (Karhumäki 2009, 133–135; Kumpula 2010, 6–7.)

5.2 Vanhemmuuden tukeminen

Raskaana olevan puolison on helpompi ottaa vanhemman rooli, koska kiintyminen syntyvään lapseen tapahtuu yleensä jo raskausaikana. Usein nainen myös suunnittelee raskautta paljon aikaisemmin kuin toinen osapuoli. Naisen hormonituotanto käynnistyy raskauden aikana, mikä vahvistaa vanhemmuuden syntymistä. Raskaana ollut puoliso on yleensä myös syntyvän vauvan läheisin aikuinen ensimmäiset kuukaudet, etenkin jos imettää vauvaa. (Rotkirch 2014, 93–123.)

Parisuhteessa molempien osapuolten vanhemmuus on hyvin samantapaista. Se tuo mukanaan raskauden, investoinnit ja uhraukset jotka ovat usein molemmilla samantapaisia. Parisuhteen toisen osapuolen vanhemmuuden tunne kehittyy yleensä hitaammin. Kehon sisällä tapahtuva hedelmöityminen ei tapahdu parisuhteen toisella kumppanilla. Kumppanin vanhemmuus ja siihen liittyvät tunteet kehittyvät parisuhteen kautta. Kumppani kiintyy odottavaan puolisoon ja syntyvään lapseen. Kumppanin vanhemmuus vahvistuu, kun syntyvät lapset tarvitsevat erityisen paljon hoivaa. (Rotkirch 2014, 93–123.) Vauva-aikana toisen vanhemman rooli korostuu myös taloudellisen vastuunkannon kautta (Laajasalo ja Salmi 2013, 166).

Molempien vanhempien osallistuminen hoivaan ja kasvatukseen tukee lasten pärjäämistä ja hyvinvointia. Yleensä ydinperhe on lapselle suotuisin vaihtoehto. Ydinperheellä tarkoitetaan perhettä, jossa kaksi lapsen alkuperäistä vanhempaa muodostavat perheen. Tämä perustuu ajatukseen, että äidin rinnalla on toinen lasta rakastava aikuinen jakamassa arkea. (Rotkirch 2014, 123–124.)

Väestöliiton tutkimuksien mukaan äidit hoitavat edelleen lapsia enemmän kuin toinen vanhempi, vaikka vanhemmuuteen nykyään kuuluu molempien kasvattajien osallistuminen perheen arkeen aiempaa enemmän. Suomalainen yhteiskunta tukee molempia vanhempia osallistumaan lapsen kasvatukseen tarjoamalla muun muassa vanhempainvapaita ja isäkuukauden. Jaetulla vanhempainvapaalla on todettu olevan myönteisiä vaikutuksia parisuhteelle. (Laajasalo ja Salmi 2013, 161–162.)

On hyvin yleistä, että toinen vanhemmista on lasten kanssa kotona toisen käydessä töissä. Se tarkoittaa toiselle vanhemmalla noin kahdeksan tunnin yksinoloa hoitaen lapsia. Vanhempi tarvitsee ympärilleen tukiverkostoja. Vanhempia ei ole tehty olemaan pitkään vastuussa lapsistaan. Yhteisöllisen kasvatuksen myötä korostuvat sukulaiset, toinen vanhempi, ystävät ja palkatut hoivaajat. Sosiaaliset suhteet muihin aikuisiin ovat osa vanhemmuutta. (Laajasalo ja Salmi 2013, 166; Rotkirch 2014, 47.)

Monikkoperheissä perhe- ja lähisuhteiden merkitys korostuu. Vanhempia tulisi tukea ottamaan perheen arki haltuun tasavertaisina kumppaneina. Merkityksellisin tuki tulee yleensä toiselta vanhemmalta jo raskausaikana. Odotusaikana parisuhteen vahvistaminen ja arjen taitojen opettelu on tär-

keää, koska synnytyksen jälkeen vuorovaikutussuhteet muuttuvat. Syntyvä vauva tai vauvat voidaan kokea uhkana parisuhteelle. (Salminen 2005, 16.) Sihvola (2002, 70) toteaa 2000 -luvun alussa tehdystä teoksessaan, ettei yhteiskunta tue vanhemmuutta riittävästi. Jo ennen raskautta oleva elämänvaihe olisi merkityksellinen vanhemmuuden tukemiseen tiedon ja kokemusten jakamisen kautta. Ymmärrys vanhemmuudesta ajatellaan alkavan silloin, kun raskaus alkaa. Parisuhteen ja vanhemmuuden tukeminen edistää koko perheen hyvinvointia ja näin myös mahdollistaa lapsille turvalliset olosuhteet. Monikkoarki ei välttämättä tunnu niin raskaalta, kun arkea tukee perhe- ja lähisuhteiden verkko. (Karhumäki 2009, 133–135; Kumpula 2010, 7.)

6 VARHAINEN VUOROVAIKUTUS MONIKKOPERHEISSÄ

Niin monikkoraskaudessa kuin yhden lapsen raskaudessakin vanhemmalla syntyy jo raskausaikana suhde kohdussa olevaan lapseen. Vanhempi muodostaa mielikuvia lapsesta ja rakentaa vuorovaikutussuhdetta vauvaan. Kohdussa olevat vauvat reagoivat vanhemman ääneen ja kosketukseen. Vauvoille juttelu ja laulaminen vahvistavat vuorovaikutussuhdetta. (Kalliomaa, Koskinen, Hakulinen-Viitanen, Karhumäki, Törrönen, Oulasmaa, Kumpula, Matala, Mäkikallio, Moilanen, Hastrup, Mäkelä, Paavonen, Laimio, Heinonen ja Korja s.a.)

Varhainen vuorovaikutus luo yhteyden tunteen kahden ihmisen välille. Vastasyntynyt vauvakin ilmoittaa vuorovaikutuksellaan tärkeän sisällön. Vauva viestii itkullaan tarvitsevansa aikuista ja aikuinen vastaa hoidollaan vauvan viesteihin. Vastasyntyneen vauvan varhaiset reaktiot kehittyvät pian moninaisesti esisanallisiin keinoihin, kuten eleisiin, ilmeisiin, toimintaan ja ääntelyyn. Varhaisimmat vuorovaikutuskeinot ovat tiedostamattomia reaktioita sisäisiin ja ulkoihin tekijöihin eli aistimuksiin. Vauva aistii itseään ja ympäristöään. Nälkäisenä vauvan vatsa on tyhjä ja olo epämukava, joten vauva itkee. Vanhempi vastaa yleensä vaistomaisesti vauvan itkuun. Puhutaan kiintymyssuhdekäyttäytymisestä, johon vaikuttaa varhainen vuorovaikutus. (Launonen 2007, 19.)

Varhaisen vuorovaikutuksen syntyminen ja sen jatkuminen ovat aina kiinni myös vanhemmasta. Vanhempi voi omalla toiminnallaan vaikuttaa vuorovaikutuksen kehitykseen vastaamalla vauvan viesteihin. Merkityksellistä on myös tapa, jolla niihin vastataan. Vuorovaikutuksen kehitykseen vaikuttaa myös vuorovaikutustilanteiden kesto ja se, mitä tilanteessa tehdään. Vanhemmalla on siis päävastuu vuorovaikutussuhteen kehittymisestä, mutta vauva vaikuttaa myös vuorovaikutusympäristöön ja vuorovaikutuksen laatuun omalla temperamentillaan ja toiminnallaan. Puhutaan keskinäisestä virittäytymisestä: lapsi tulkitsee aikuista ja aikuinen lasta molempien mukautuessa toistensa toimintaan. (Launonen 2007, 19–20.)

Monikkoperheissä vauvat syntyvät usein ennenaikaisesti tai pienipainoisina, mikä voi tuoda haasteita vanhempien ja vauvojen vuorovaikutussuhteelle. Etenkin jos lapset joutuvat tehostettuun hoitoon, vanhemmilla voi olla haasteita tutustua lapsiin. Äiti saattaa kotiutua ennen lapsia tai toisen vauvan kanssa, jolloin arki voi tuntua hyvinkin raskaalta. Vanhemmat voivat kokea vauvat etäisinä tai toisen vauvoista läheisemmältä. Usein ensimmäinen vuosi kaksosten tai kolmosten kanssa koetaan raskaaksi, koska arki on hyvin työntäyteistä eikä aikaa jää ylimääräiselle olemiselle lasten kanssa. (Karhumäki 2009, 128–130; Manninen 2003, 135.) Monikkolapsilla on aina sisarus turvanaan ja sen, minkä lapset menettävät vanhempien antamasta ajasta saavat takaisin omalta sisareltaan (Kalliomaa ym. s.a, 49).

Riittävän hyvä vuorovaikutussuhde äidin ja kaksosten välillä luo ensisijaisen rakkaus- ja kiintymyssuhteen äitiin. Jos vauvat ovat kokeneet liikaa pettymyksen tunteita yrittäessä saada äidin huomiota, on kaksosten keskinäinen kiintymyssuhde tärkeämpi. Jatkuva korostunut kaksosten kilpailutilanne äidin huomiosta on riski vuorovaikutussuhteissa. Äiti voi ratkaista tilanteet tavalla, joka ei tue lasten yksilökehitystä. Äiti voi mahdollisesti tukea kaksosten keskinäistä suhdetta, jolloin äidin ja vauvojen

suhde helpottuu. Äidin toivomus siitä, että kaksoset jättäisivät hänet rauhaan ja hakisivat turvaa toisistaan, kertoo äidin uupumuksesta. Tilanteessa tarvitaan silloin varhaisen vuorovaikutuksen ohjaimista kumpaankin lapseen. Kaksosten terveeseen psyykkiseen kehitykseen kuuluu kuitenkin se, että vauvat voivat luoda riittävän hyvän kiintymyssuhteen ensin äitiinsä. Sen jälkeen kaksoset voivat muodostaa aidon kiintymyssuhteen toiseen kaksoseen. Puoliso on usein tärkein tuki niin äidille kuin vauvoille. Toisen vanhemman antama tuki voi korvata äidin ja kaksosten vuorovaikutussuhteessa ilmeneviä puutteita. (Manninen 2003, 146–149.)

6.1 Lasten yksilöllisyyden tukeminen

Temperamentilla tarkoitetaan synnynnäistä tapaa toimia ja käyttäytyä erilaisissa tilanteissa. Temperamentti luo pohjaa persoonallisuudelle. Persoonallisuus muodostuu temperamentin, ympäristön ja perheen vuorovaikutuksen yhteisvaikutuksesta. Temperamentti on ihmisen yksilöllinen käyttäytymistyyli, joka ilmenee jo melko varhain ja se selittää ihmisten erilaisen käyttäytymisen samoissa tilanteissa. Toinen on sosialisempi kuin toinen ja uskaltautuu ottamaan kontaktia toisiin helpommin. Temperamentti ilmaisee, kuinka ihminen esimerkiksi näyttää tunteitaan, miten aktiivinen on, kauanko jaksaa keskittyä yhteen asiaan ja kuinka helposti on häiritävissä. Vaikka itse temperamentti ei muuttuisikaan, niin ympäristön odotusten ja henkisen kasvun myötä ihminen ilmaisee temperamenttiaan erilailla kuin aikaisemmin. (Keltinkangas-Järvinen 2015, 36–40.)

Vanhemman olisi hyvä tiedostaa ja tunnistaa lapsensa temperamentti ja pyrkiä hyväksymään mahdolliset eroavaisuudet oman ja lapsen temperamentin välillä. Vanhemmat voivat kokea sen ajoittain haastavaksi, koska omien odotusten ja toiveiden lisäksi vanhemmilla voi olla ympäristön tuomia paineita siitä, kuinka lapsen tulisi olla ja toimia. Tärkeää olisikin, että vanhempi tukisi ja vahvistaisi lapsensa eri temperamenttipiirteitä, lapsen kehitystä ja kasvua sekä mahdollistaisi osaltaan lapsen itsenäistymistä, identiteetin kehitystä ja itsetuntoa. Varhaisella vuorovaikutuksella on myös tässä oma tehtävänsä: vanhemmat ymmärtävät paremmin lasta, jolla on samantyylinen temperamentti kuin vanhemmalla tai perheellä, mutta se ei tarkoita, että se olisi helppo hyväksyä. (Hermanson 2012; Keltinkangas-Järvinen 2015, 143–145.)

6.2 Monikkolasten yksilöllisyyden tukeminen

Monikkoperheessä vanhempien tulisi tukea lapsia yksilölliseen kasvuun ja kehitykseen. Kaksosten yksilöllisyyden kehittymiseen vaikuttaa kulttuurinen asenne, joka korostaa kaksosten tunnistamista. Kulttuurisessa asenteessa kaksosten samankaltaisuus on hyväksyttävää. Se voi samalla myös heikentää normaalin sisaruskateuden syntymistä. Monikkoperheet, jotka ovat taloudellisesti heikossa asemassa hyväksyvät kulttuurillisen aseman helpommin, jolloin he korostavat kaksosuutta. (Trias 2006, 29.)

Kokemus toisten ihmisen läsnäolosta ja läheisyydestä on monikkolasten kohdalla kehittynyt jo raskausaikana ja se jatkuu usein leikki-ikään saakka. Monikkolapsille kehittyy usein riippuvuussuhde toisistaan. Myös muiden ihmissuhteiden kohdalla on eroavaisuuksia suhteiden välillä. Joskus kaksos-

ten riippuvuussuhde voi kehittyä liian vahvaksi, jolloin molempien yksilöllinen identiteetti kehittyminen voi heikentyä ja tämä puolestaan vaikuttaa vielä myöhemmässä vaiheessa elämään esimerkiksi itsetunto-ongelmina. Toisaalta myös suhteessa voi korostua positiiviset vaikuttimet, kumppanuus ja ystävyys. Usein aikuisikään mennessä monikkolasten riippuvuussuhde sisaruksesta vähenee. Tietynlaisista riippuvuussuhdetta monikkolapsilla voidaan pitää myös positiivisena vaikuttimena turvallisuuden tunteen luomisessa esimerkiksi uusissa tilanteissa. (Kumpula 2010, 21–26.)

Vanhempien omalla asenteella on vaikutusta lasten yksilölliseen kehittymiseen. Vanhemmat voivat hoitaa kaksosia hyvin samankaltaisesti ja tasapuolisesti ollakseen oikeudenmukaisia. On tärkeää, että yksilöllisyyttä huomioitaisiin jo monikkolasten syntymästä lähtien ja vanhempien tulisi havainnoida lastensa yksilöllisiä eroja ja temperamentteja. Tärkeää on myös pohtia lasten nimiä mietittäessä, etteivät ne muistuttaisi liikaa toisiaan. Varsinkin identtisten- tai samaa sukupuolta olevien kaksosten tunnistettavuutta helpottaa, kun lapsilla on erilaiset nimet ja heidät puetaan erilaisiin tai erivärisiin vaatteisiin. Samaan tyyliin pukeutuminen ja lapsista puhuttelu ”kaksosina” tai ”kolmosina” heikentävät lasten yksilöitymistä sekä oman vahvan identiteetin rakentumista. Jokaisella lapsella on omia erilaisia mielenkiinnon kohteita niin harrastusten, musiikin kuin leikkienkin suhteen. Vanhempien tehtävä on tukea ja mahdollistaa näitä yksilöllisiä mielenkiinnon kohteita jo varhaisessa vaiheessa. Tärkeää onkin, että lasta kohdellaan yksilönä, jolla on omia mieltymyksiä ja tarpeita eikä hyväksyä kulttuurista asennetta. (Kumpula 2010, 12–17; Moilanen 2014-09-04; Trias 2006, 29.)

Vanhempien jaksamisen kannalta monikkolasten samanlainen vuorokausirytmä on hyödyksi. Aina kuitenkin monikkolapset eivät pysy samassa vuorokausirytmisä erilaisista temperamenteistaan johtuen. Tämä voi olla vanhempien jaksamisen kannalta haastavaa useampien yö heräilyjen vuoksi, mutta toisaalta se antaa vanhemmille mahdollisuuden kohdata yksi lapsi kerrallaan (Kumpula 2010, 14). Esimerkiksi, jos toinen lapsista nukahtaa illalla ajoissa ja toinen herää toista aikaisemmin aamulla, vanhemmilla on aikaa olla vain yhden lapsen kanssa vuorovaikutuksessa. Jos lapset viettävät taas paljon aikaa keskenään, kahdenkeskinen aika vanhemman kanssa jää usein vähälle (Trias 2006, 29). Tärkeää olisi mahdollistaa kaikille lapsille aikaa olla kahdestaan vanhempiensa kanssa, tapahtuu se sitten kahdenkeskisellä kaupassa käynnillä tai jollain muulla keinolla. Monikkolapsista vain yhden kanssa oleminen mahdollistaa lapsen paremman huomioimisen ja vuorovaikutuksen vanhemman tai muun läheisen sukulaisen ja lapsen välillä. Samalla kun lapsi ja läheinen saavat yhteistä aikaa ja erilaisia kokemuksia, vahvistaa se lapsen minuutta ja lisää yksilöllisiä muistoja. Monikkoperheissä toisen vanhemman rooli korostuu ja helpottaa kiintymyssuhteen syntyä molemmille lapsille. (Kumpula 2010, 17–18, 30; Moilanen 2014-09-04.)

Jos monikkoperheessä lasten yksilöllisyyttä ei tueta, kaksoset tuntevat minäkuvan eheäksi vasta toisen kaksonen ollessa paikalla. Heillä voi olla ongelmia muodostaa kaverisuhteita muiden samanikäisten lasten kanssa ilman sisarusta. Kaksoset voivat tuntea eroahdistusta toisesta kaksosesta, jos heidät erotetaan. Heidän persoonallisuus ja identiteetti kehittyvät usein toisen kaksosen tuntemuksien mukaisesti. Jos toinen lapsista olisi esimerkiksi vilkkaampi ja tykkäisi kiipeillä, toinenkin pitäisi siitä, vaikka oikeasti olisi rauhallisempi ja tykkäisi lukea kirjoja. (Moilanen 2014-09-04; Trias 2006, 29.)

6.3 Monikkolapset varhaiskasvatuksessa

Monikkolasten siirtyessä päivähoidon, tulisi miettiä lasten kehitysvaiheita. Mikäli lasten on vaikea olla erossa toisistaan ja he kokevat toisensa tärkeäksi turvallisuuden kannalta, lapsille voi olla hyvä aloittaa päivähoidon samassa ryhmässä. Jos taas lapset ovat kehitysvaiheissaan siinä vaiheessa, että he tarvitsevat erossa olon kokemusta erillisyyden kehityksen tueksi, on lasten kannalta parempi sijoittaa lapset eri ryhmiin. Lasten yksilöllisyyden ja identiteetin kehityksen kannalta hyvä kasvatuskumppanuus vanhempien ja varhaiskasvatushenkilöstön välillä on keskeistä. Vanhemmat ovat lasten parhaita tuntijoita ja tukijoita. Hyvä kasvatuskumppanuus tukee lasten ja vanhempien vuorovaikutussuhdetta, lasten kasvatusta ja kehitystä sekä koko perheen hyvinvointia. (Kumpula 2012; Kumpula 2010, 40–41; Manninen 2003, 149.) Hautala ja Vaakanainen (2010, 63–64) ovat tehneet tutkimuksen, jossa tutkittiin lasten kasvua ja kehitystä yksilöllisyyden näkökulmasta. Tuloksissa selvisi, ettei sosiaali- ja terveysalan ammattilaisilla tai varhaiskasvatuksessa ole tarpeeksi tietoa monikkolasten yksilöllisyyden tukemisesta. Monikkolasten vanhemmat kokivat, etteivät saaneet tukea lasten yksilöllisyyden tukemiseen, vaikka aihe oli perheille tärkeä. Etenkin varhaiskasvatuksen ammattilaisten tulisi ymmärtää monikkolasten keskinäisen suhteen ja yksilöllisyyden tukemisen merkitys, jotta lasten kehitystä voidaan tukea myönteisesti.

Päivähoidon aloittaminen voi olla raskasta ihan kaikille lapsiperheille niin vanhemmille kuin kasvattajille. Monikkoperheissä hoidon aloittaminen korostuu, koska lapset tulisi huomioida yksilöinä. Kasvattajat ja vanhemmat voivat ajan säästämiseksi järjestää yhteiset varhaiskasvatuskeskustelut, mutta ne tulisi järjestää erillisinä, ettei lasten asioita yhtenäistettä. Lisäksi, jos lapset sijoitetaan samaan ryhmään, eriyttäminen on hyvä keino tukea yksilöllisyyttä. Esimerkiksi pienryhmätoiminnoilla, joissa toinen lapsista tekee toista asiaa ja toinen toista; toisen mennessä ulkoilemaan, toinen jää sisälle leikkimään tai ruokailutilanteiden porrastus eri pienryhmissä. Lasten kutsuminen myös omilla nimillä, kiinnostusten kohteiden yksilöllisyys sekä monikkouden näkeminen tavallisena asiana vahvistaa yksilöllisyyden kehittymistä varhaiskasvatuksessa. (Hautala ja Vaakanainen 2010, 63–64; Kumpula 2012; Kumpula 2010, 41, 43–45.)

7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Opinnäytetyölle tuli toimeksiantajalta toive, että opinnäytetyön sisältö tulisi koskemaan monikkoperheiden kokemuksia niin neuvolan kuin yhdistyksen antamasta tuesta. Opinnäytetyön tutkimustuloksista on hyötyä myös Savon Monikkoperheet Ry:n kanssa yhteistyötä tekeville tahoille heidän kehittäessään omaa toimintaansa. Työssä yhdistyivät kvantitatiivinen sekä kvalitatiivinen tutkimus, joiden avulla selvitettiin monikkoperheiden kokemuksia ammatillisesta sekä oman tukiverkoston tuesta. Monikkoperheiden kokemuksia selvitimme Webropol -kyselyllä sekä teemahaastatteluilla yhteistyössä Savon Monikkoperheet Ry:n kanssa.

Opinnäytetyön aihekuvausta lähdettiin työstämään syksyllä 2016 ja opinnäytetyön työsuunnitelma esiteltiin jouluna 2016. Opinnäytetyötä tehtiin perehtyen teoriakirjallisuuteen, artikkeleihin ja tutkimuksiin, jotka liittyivät monikkoperheisiin. Opinnäytetyössä tarkasteltiin terveydenhuoltolakia (2010) ja sosiaalihuoltolakia (2014). Terveydenhuoltolaissa määritellään kunnan järjestämät neuvolapalvelut. Sosiaalihuoltolain muutokset tulivat voimaan vuonna 2015, ja nämä muutokset vaikuttavat lapsiperheisiin sekä muun muassa monikkoperheitä koskeviin palveluihin, kuten lapsiperheiden kotipalveluun.

Lapsiperheiden kotipalvelua tulee antaa uuden sosiaalihuoltolain pykälän 19 mukaisesti toimintakykyä alentavan syyn tai erityisen perhetilanteen takia esimerkiksi avioero tai kaksosten syntyminen perheeseen. Sosiaalihuoltolain tavoitteena on saada toimivat peruspalvelut, jotta korjaavien toimenpiteiden käyttö sosiaalihuollossa vähenisi, kuten lastensuojelun tarve. Uudistus pyrkii hyvinvoinnin edistämiseen ja varhaiseen tukeen. Uudistuksen tavoitteena on asiakaslähtöisesti ja kokonaisvaltaisesti vastata asiakkaan tarpeisiin sekä turvata tuen saanti asiakkaan omissa konteksteissa. (Hämeen-Anttila 2015, 1.)

Webropol kysely suunniteltiin ja laadittiin, joka Savon Monikkoperheet Ry:n kanssa lähetettiin rajatulle kohderyhmälle keväällä 2017. Toimeksiantajan toiveesta kysely lähetettiin Savon Monikkoperheet Ry:n kautta, jolloin vastaajat jäivät anonymieiksi. Webropol kyselyn saatekirjeessä (liite 2) kerrottiin tutkimuksen tarkoituksesta, kohderyhmästä sekä luottamuksellisuudesta. Opinnäytetyön tutkimusluvasta keskusteltiin yhdessä toimeksiantajan ja ohjaavan opettajan kanssa ja päädyttiin siihen, ettei tutkimuslupaa tarvita. Kyselyn vastauksien jälkeen haluttiin vielä syventää opinnäytetyön tutkimusta. Laadittiin teemahaastattelun, johon saimme haastateltavia perheitä Savon Monikkoperheet Ry:n kautta. Haastattelun kutsukirje on liitteenä työn lopussa (liite 3). Haastattelukysymykset pohjautuvat teorian tietoon sekä monikkoperheiden palveluihin ja ohjaukseen sekä niiden kehittämiseen. Kohderyhmäksi kyselyihin ja haastatteluihin valikoitiin kuopiolaisia monikkoperheitä, jotka olivat olleet raskaana vuonna 2014 tai sen jälkeen. Kohderyhmä rajattiin vuosiluvun perusteella, koska sosiaalihuoltolaki muuttui vuonna 2015. Kohderyhmän rajaamisella pystyttiin tarkastelemaan tutkimuksessa Sosiaalihuoltolain muutoksen vaikutusta. Haastattelut toteutettiin kesällä 2017. Webropol-kyselyn sekä haastattelujen perusteella lähdettiin analysoimaan tutkimustuloksia.

7.1 Opinnäytetyön tutkimusmenetelmät

Kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus sekä kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus ovat lähestymistapoja, joita voi käyttää rinnakkain tutkimusta tehdessä. Molempia voidaan käyttää vaikuttamaan tutkimuksen etenemiseen sekä täydentämään tutkimuksen lähestymistapoja, jolloin tutkimuksen luotettavuus paranee. Käytettäessä laadullista lähestymistapaa määrällisen tutkimuksen esikokeena voidaan saada tutkimuksen ongelmien kannalta sekä tutkimushenkilölle mielekkäämmät, tarkoituksenmukaiset mitattavat seikat. Käytettäessä määrällistä lähestymistapaa laadullisen tutkimuksen esikokeena voidaan muodostaa esimerkiksi tarkoituksenmukaisia vertailtavia ryhmiä laadullisia haastatteluja varten. (Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara 2009, 136 - 137.)

Tutkimuksella pyritään löytämään ratkaisua tai tehtävää tutkimusongelmaan. Tutkimuksen tarkoitus ohjaa tutkimusstrategiaa, jonka avulla voidaan miettiä sopivin tutkimusmenetelmä. Tutkimuksen tarkoitusta kuvataan yleensä neljän eri kategorian mukaan: kartoittava, selittävä, kuvaileva tai ennustava. Kartoittavan tutkimuksen tarkoitus on etsiä uusia näkökulmia ja löytää uusia ilmiöitä. Selittävä tutkimus on syy-seuraus-suhteita etsivä tutkimus. Kuvaileva tutkimus esittää tarkkoja kuvauksia henkilöistä, tapahtumista tai tilanteista. Ennustavan tutkimuksen tarkoitus on ennustaa tapahtumia tai ihmisten tekoja, jotka ovat seurausta jostain tietystä ilmiöstä. Tutkijan on kuitenkin muistettava, että tutkimukseen voi sisältyä useampi kuin yksi tarkoitus ja se voi muuttua tutkimuksen edetessä. (Hirsjärvi ym. 2009, 137 - 138.) Opinnäytetyössä yhdistyi niin kartoittava, kuvaileva kuin selittävä tutkimus.

Opinnäytetyössä käytettiin molempia tutkimusmenetelmiä: kvantitatiivista ja kvalitatiivista. Opinnäytetyön ensisijainen tutkimusmenetelmä oli kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä, mutta tutkimuksessa käytettiin myös kvantitatiivista tutkimusmenetelmää. Kvantitatiivinen tutkimus tehtiin tekemällä Webropol kysely, joka lähetettiin sähköpostitse 60 monikkoperheelle. Kyselyn jälkeen tehtiin vielä teemahaastattelut neljälle perheelle. Haastattelun teemat rakennettiin opinnäytetyöhön käytetyn teorian sekä kyselyjen vastauksien perusteella. Lisäksi tutkimuksessa hyödynnettiin kahta haastattelua, jotka tehtiin syksyllä 2016 opinnäytetyön esihaastatteluiksi.

7.2 Kvantitatiivinen tutkimus

Kvantitatiivisen tutkimuksen keskeisiä piirteitä ovat aiemmat teoriat, käsitteet sekä hypoteesien esittäminen. Hypoteesien esittäminen tarkoittaa, että asetettuihin ongelmiin on mahdollista esittää ratkaisuja tai selityksiä. Ratkaisuja tai selityksiä mahdollisista eroista, suhteista tai syistä kutsutaan hypoteeseiksi. Yleensä hypoteesien perustelut löytyvät teoriasta, teoreettisista malleista tai aiemmista tutkimuksista. Hypoteesit tulisi ilmoittaa väitteiden muodossa ja perustella tieteellisessä tutkimuksessa. (Hirsjärvi ym. 2009, 140, 158–159.)

Kvantitatiivisen tutkimuksen aineistoa tutkitaan ja mitataan numeerisesti eli määrällisesti. Tutkittavaa aineistoa kuvataan numeroiden ja määrien avulla. Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä vastaa kysymyksiin ”Kuinka paljon, kuinka usein, kuinka moni”. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa valitaan

tutkittavat henkilöt ja otantasuunnitelmat. Otantasuunnitelmassa määritellään perusjoukko, josta otetaan otos. Kyselytutkimukset eli survey-tutkimukset tehdään laatimalla vakioituneet kysymykset ja vastausvaihtoehdot kyselylomakkeeseen. Havaintoyksikkönä on yleensä henkilö, jonka mielipiteitä, asenteita, ominaisuuksia ja käyttäytymistä tutkitaan. Kyselytutkimukset toteutetaan yleensä postitai internetkyselyinä. Perusjoukosta otokseen poimitut vastaajat saavat joko kotiinsa toimitetun paperilomakkeen tai internetkyselyn kautta web-lomakkeen. (Hirsjärvi ym. 2009, 137–140; KvantiMOTV 2010; Vilka 2007, 14, 28.) Perusjoukosta satunnaisotoksen ottaminen voi olla mahdotonta, jolloin tutkija päätyy ottamaan näytteen. Näytteessä havaintoyksiköiden valinta on harkinnanvarainen eikä todennäköisyyttä valituksi tulemisesta tiedetä. (KvantiMOTV 2016.)

Opinnäytetyössä päädyttiin internetkyselyyn, koska se oli toimeksiantajan ensisijainen toive. Määrällisessä tutkimuksessa vastauksien määrän tulisi olla mahdollisimman suuri luotettavuuden kannalta. Kyselyn perusjoukko tarkoittaa tässä tutkimuksessa Savon Monikkoperheet Ry:n jäsenperheitä. Internet kysely lähetettiin 60 jäsenperheelle. Jäsenperheitä oli vuoden 2016 lopussa yhteensä 64 perhettä. Ensimmäisellä kierroksella vastauksia saatiin yhdeksältä vastaajalta, jonka jälkeen kysely lähetettiin uudestaan ja toisen kierroksen jälkeen vastauksia saatiin yhteensä 14. Aineiston keruussa käytettiin harkinnanvaraista näytettä, joka otettiin Savon Monikkoperheet Ry:n jäsenperheistä. Kyselyyn vastaaminen oli vapaaehtoista, mutta saatekirjeessä kerrottiin kyselyn koskevan perheitä, joille on syntynyt vuoden 2014 jälkeen kaksoset tai useampi vauva kerralla. Kyselyn aineisto jäi pieneksi, vaikka kysely lähetettiin uudestaan ja vastaamisesta sekä sen tärkeydestä muistutettiin. Lisäksi yksi vastaajista ei kuulunut kohderyhmään, koska hänellä oli vuonna 2007 syntyneet monikkolapset. Kyselyn pienen vastausmäärän (n=14) vuoksi päädyttiin tekemään teemahaastattelu tutkimustulosten luotettavuuden parantamiseksi.

7.3 Kvalitatiivinen tutkimus

Kvalitatiivisen tutkimuksen tarkoituksena on ymmärtää tai selittää jotakin ilmiötä. Tutkija eläytyy tutkimuskohteisiin ja siihen liittyvään henkiseen ilmapiiriin, ajatuksiin, tunteisiin ja motiiveihin. Näin tutkija ymmärtää jonkin ilmiön merkityksen, esimerkiksi varhaiskasvatuksen tai isovanhempien merkityksen perheelle. Laadullista tutkimusta tehtäessä teorian tärkeys on otettava huomioon; teorian on tuettava tutkittavia havaintoja tai ilmiötä. Teorian on oltava laadukasta, koska se vaikuttaa tutkimustuloksiin. (Tuomi ja Sarajärvi 2009, 20,28.)

Laadullista tutkimusta on mahdollista toteuttaa haastatteluna. Ideana on saada mahdollisimman paljon tietoa tutkittavasta asiasta. Haastattelussa on mahdollista esimerkiksi oikaista väärinkäsityksiä, selventää sanallista ilmaisua, toistaa kysymys tai käydä keskustelua toisen osapuolen kanssa. Haastattelu on myös joustava tutkimustapa, koska kysymykset voidaan kysyä siinä järjestyksessä kuin on tarve. Tutkija voi toimia tilanteessa myös havainnoitsija - mitä sanotaan ja miten sanotaan. (Tuomi ja Sarajärvi 2009, 28, 74.)

Teemahaastattelu suunnitellaan tutkimukseen käytetyn teorian tiedon perusteella ja pyritään löytämään vastauksia tutkimusongelmaan. Teemahaastattelut voivat olla lähellä syvähaastattelua, jossa

korostuu tutkittavan ilmiön perusteellinen avaaminen ilman suunniteltua kysymysrunkoa. Syvähaastattelu etenee saatujen vastausten perusteella, vain aihe on määritelty. Laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää kerätä tietoa niiltä henkilöiltä, joilla on tietoa ja kokemusta tutkittavasta ilmiöstä. On myös muistettava, ettei aineiston määrällä ole niin merkitystä vaan aineiston kestävyydellä ja syvyydellä. (Tuomi ja Sarajärvi 2009, 75–76.)

Opinnäytetyön teemahaastattelut toteutettiin kesällä 2017. Haastateltavat henkilöt saatiin Savon Monikkoperheet Ry:n kautta, jolle lähetettiin kutsu vapaaehtoiseen haastatteluun. Näin saatiin lähetettyä haastattelukutsu kohderyhmälle, jolla olisi mahdollisimman paljon tietoa tutkittavasta aiheesta. Haastateltavia henkilöitä oli yhteensä seitsemän neljästä eri perheestä. Yhteydenottopyyntöjä saatiin useampaankin haastateltavaan perheeseen, mutta ajan käytön vuoksi päädyttiin haastatteluun neljää perhettä. Haastattelut nauhoitettiin ja litteroitiin analysointia varten kesällä 2017. Haastatteluista saatiin 60 sivua liitteen kuusi kaltaista litteroitua tekstiä (liite 4), sekä Webropol kyselyjen avoimista vastauksista kuusi sivua eli yhteensä aineistoa oli käytössä 66 sivua, osa aineistosta jouduttiin jättämään käsittelemättä ylimääräisten taustaäänien vuoksi. Osassa haastattelutilanteista oli läsnä myös lapsia, joten lasten hetkittäiset äänet häiritsivät hieman kuulemista. Joissain haastatteluissa läsnä ollut isä oli sijoittunut hieman kauemmaksi, eikä hänen äänensä kuulunut nauhoituksissa aina kunnolla, varsinkin jos muita taustaääniä oli samanaikaisesti paljon. Haastatteluille oli varattu aikaa tunnin verran ja suunnitellussa aikataulussa pysyttiin. Haastattelujen ilmapiiri oli avoin ja haastateltavat kertoivat haastavistakin tilanteista.

7.4 Triangulaatio tutkimuksessa

Yhdistäessä useita eri menetelmiä tai lähestymistapoja tutkimusta tehdessä puhutaan triangulaatiosta. Eri menetelmien avulla voidaan lisätä tutkimuksen luotettavuutta. Triangulaatiossa on karkeasti neljä eri päätyyppiä; aineistotriangulaatio, tutkijatriangulaatio, teoriatriangulaatio ja menetelmätriangulaatio. Aineistotriangulaatiossa käytetään useita eri aineistoja, kuten tilastoja, tutkimuksia, haastatteluja jne. Tutkijatriangulaatiossa on useampi eri tutkija, joko osan aikaa tutkimuksesta tai koko tutkimuksen ajan. Teoriatriangulaatiossa hyödynnetään erilaisia teoreettisia näkökulmia. Menetelmätriangulaatiossa käytetään useita eri menetelmiä, kuten kyselyä ja haastattelua. Menetelmätriangulaation käyttöä perustellaan monesti sillä, ettei yksittäisellä menetelmällä ole saanut riittävän kattavaa tulosta tutkittavasta aiheesta. Lisäksi useamman menetelmän käytöllä voidaan parantaa tutkimuksen luotettavuutta sekä syventää ja laajentaa tutkimuksesta saatavaa tietoa. Menetelmätriangulaation käyttö on hidasta ja resursseja vievää ja sen käyttöä on kritisoitu taustafilosofioiden erilaisuudesta ja yhteensopimattomuudesta. Menetelmällistä triangulaatiota voidaan kuitenkin käyttää tutkimuksessa, jossa kerätään tietoa ihmisen toiminnasta ja sen vaikuttamista. (Saaranen-Kauppinen ja Puusniekka 2006.)

Opinnäytetyön Webropol -kysely ei tuottanut toivottua vastausmäärää, jolloin päädyttiin käyttämään myös haastattelua. Haastattelun avulla pystyttiin paremmin hyödyntämään myös Webropol -kyselyn vastaukset. Kyselyssä yritettiin saada vastauksia, kuinka monikkoperheet ovat kokeneet saamansa tuen raskausaikana sekä ensimmäisenä lapsivuodeaikana. Kyselyssä käytettiin monivalintakysymyk-

siä, avoimia kysymyksiä ja matriiseja. Haastattelussa syvennettiin kysymyksiä. Opinnäytetyö tutki ihmisten kokemuksia ja toimintaa. Menetelmä- sekä aineistotriangulaation käytöstä hyödyttiin tutkimuksen tulosten onnistumiseksi. Opinnäytetyön tutkimusta tehtiin kahdestaan koko prosessin ajan, joten tutkijatriangulaatio on myös toteutunut tässä tutkimuksessa.

8 LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS

Opinnäytetyö on tieteellinen tutkimus, jonka tulee noudattaa hyviä tieteellisen käytännön edellyttämiä tapoja. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluvat uskottavuus, totuudellisuus, vahvistettavuus ja siirrettävyys. Uskottavuudella tarkoitetaan, että tutkija työskentelee omalla persoonallaan, mutta säilyttää puolueettoman otteen tutkimuksen tuloksia kohtaan. Uskottavuus on tieteellisen tutkimuksen perusidea. Tutkijan tulee tiedostaa oma roolinsa ja vaikutusmahdollisuutensa tutkimustuloksiin. Totuudellisuudella tarkoitetaan, kuinka paljon tutkimustulokset vastaavat tutkimuskohteen todellista tilaa. Vahvistettavuudella tarkoitetaan sitä, että tutkimuksen tulokset ja tulkinnat ovat toistettavissa tai vastaavat tulokset löytyvät jo tehdyistä tutkimuksista. Siirrettävyydellä tarkoitetaan tutkimusaineiston monipuolista kuvailua. Tutkimustuloksia voidaan verrata muihin vastaavanlaisiin tilanteisiin. (Tuomi ja Sarajärvi, 2009, 132; Willberg, 2009)

Tutkimustulosten luotettavuutta lisäsi aineiston kahden eri keräysmenetelmän käyttö. Aineistoa kerättiin Webropol-kyselyjen ja teemahaastattelujen avulla. Webropol-kyselystä tehtiin koekysely, johon vastasi kolme tutkimuksen ulkopuolista henkilöä. Koekyselyillä selvitettiin ovatko kysymykset yksiselitteisiä ja ymmärrettäviä. Näiden vastausten perusteella kyselyä muutettiin vastaajille sopivammaksi. Kyselyyn vastanneet henkilöt vastasivat nimettöminä ja kyselyyn vastaaminen oli vapaaehtoista. Vastaajat itse määrittelivät kuuluvatko tutkimuksen kohderyhmään. Kyselyt menivät Savon Monikkoperheet Ry:n välityksellä yhdistyksen asiakkaille, joten vastaajat pysyivät anonyymeinä. Yhdistyksen kautta lähetettiin saatekirjeen vastaajille (liite 2) ja muistutettiin myös kyselyyn vastaamisesta. Määrällisessä tutkimuksessa tulisi saada mahdollisimman paljon vastauksia luotettavuuden varmistamiseksi. Kysely lähetettiin 60 perheelle ja vastauksia saatiin 14. Vastausten määrä jäi mielestämme pieneksi, vaikka kysely lähetettiin uudestaan ja vastaamisesta sekä sen tärkeydestä muistutettiin. Kyselyn vastaajista ei tiedetty, kuinka moni kuului tutkimuksen kohderyhmään. Mahdollista oli siis sekin, ettei kohderyhmän vastauksia olisi voitu saada yhtään enempää. Kyselyn tutkimustulosten vahvistamisen kannalta teimme lisäksi teemahaastattelun.

Haastattelut toteutettiin kahdestaan, jolloin pystyttiin mahdollistamaan lastenhoito apu haastattelun ajaksi. Haastatteluita varten lähetettiin sähköpostiviesti Savon Monikkoperheet Ry:n kautta, jolloin haastateltavat saivat itse ottaa yhteyttä halutessaan haastatteluun. Haastatteluja ennen kerrottiin vastaajien luottamuksellisuudesta ja anonymiteetin säilymisestä. Haastattelut analysoitiin ja litteroitiin molemmat parina ristiin, jonka jälkeen tuloksia verrattiin ja tutkittiin yhdessä tutkimustuloksen saavuttamiseksi. Litteroidun tekstin analysointi tehtiin vasta alkusyksystä 2017, vaikka analysointi tutkimuksen kannalta olisi ollut parempi tehdä heti litteroinnin jälkeen. Litteroidut tekstit olisivat olleet tuoreessa muistissa ja tämä olisi nopeuttanut analysointi vaihetta. Kun aikaa jäi litteroinnin ja analysoinnin välille, jouduttiin tekstiin palaamaan syvällisemmin uudestaan niin tutkimusongelman kuin -kysymysten tiimoilta.

Litterointi ja sen tuottaman tekstin käsittely oli aikaa vievää ja haastavaa. Nauhoituksia kuunnellessa osassa oli nopeaa puhetta, lasten ääniä tai muita taustaääniä, jotka vaikeuttivat litterointia. Äänit-

teet ja litteroinnit tallennettiin tietokoneelle, jossa niitä on käsitelty luottamuksellisesti eikä aineistoa ole luovutettu ulkopuolisille. Äänitteet ja litteroidut tekstit hävitetään asianmukaisella tavalla opinnäytetyön valmistumisen jälkeen. Koska tutkimus oli tekijöille ensimmäinen tutkimustyö, tekstin analysointikin edistyi hitaasti. Analysointi menetelmiin jouduttiin ensin perehtymään teoriassa ja lopuksi miettimään mikä on tälle opinnäytetyölle paras menetelmä. Tutkimuksesta ei voi tunnistaa henkilöitä, mutta haastateltava itse voi tunnistaa oman kertomansa.

Opinnäytetyön tutkimusluvasta keskusteltiin yhdessä toimeksiantajan ja ohjaavan opettajan kanssa ja päädyttiin siihen, ettei tutkimuslupaa tarvita. Tutkimuksemme osallistuneet olivat Savon Monikkoperheet ry:n jäseniä, joten he kaikki olivat ohjautuneet jo vertaistuen piiriin. Tutkimuksen tulokset kertovat Savon Monikkoperheet Ry:n jäsenten kokemuksista, joten tuloksia ei voi yleistää kaikkiin monikkoperheisiin. Tutkimuksen esitutkimuksessa oli yksi perhe, joka ei ollut yhdistyksen jäsen ja siitä saatua aineistoa on käytetty tutkimuksessa. Loput tutkimukseen osallistuneet perheet olivat yhdistyksen jäseniä.

Aineistoa kerättiin monipuolisesti ja tarkasteltiin niiden luotettavuutta. Toisella opinnäytetyön tekijöistä on itsellään kaksoset, mutta sen ei annettu vaikuttaa tutkimuksen tekemiseen tai tuloksiin. Emme ole tuoneet omia kokemuksia tutkimukseen. Haastatteluiden yhteydessä kerrottiin vasta lopussa, että aihe on hyvin henkilökohtainen. Näin emme voineet vaikuttaa haastattelujen etenemiseen.

Opinnäytetyön aikatauluttaminen olisi voinut olla paremmin suunniteltu ja toteutettu. Aikatauluttamisen vuoksi työ eteni välillä hitaasti, jolloin jouduttiin palaamaan tutkimukseen uudestaan ja miettimään mitä oli tehty ja mitä on vielä tekemättä. Jouduttiin miettimään useaan otteeseen, mitä oltiin tutkimassa ja mikä teoretieto on tutkimuksen kannalta oleellista.

9 TUTKIMUSTULOKSET

Haastatteluista saatuja tietoja tarkasteltiin analyysien avulla. Haastatteluista saatuihin vastauksiin tehtiin sisällönanalyysi, josta etsittiin eroja ja yhtäläisyyksiä, sekä kiinnitettiin erityistä huomiota haastatteluiden sisältöön. Analyysivaiheen jälkeen tarkasteltiin yhdessä tutkimustuloksia, joita oli tulkittu ja pohdittu. Tutkimustulosten ja johtopäätöksien avulla voitiin vastata tutkimus kysymyksiin.

9.1 Internetkyselyn tulokset

Opinnäytetyöhön suunniteltiin Webropol-kysely, koska se oli toimeksiantajan ensisijainen toive. Ennen kyselyä oltiin yhteydessä opinnäytetyön toimeksiantajaan ja kyselyssä otettiin huomioon häneltä tulleet toiveet. Kysely lähetettiin Savon Monikkoperheet Ry:n 60 asiakkaalle (n=60) toimeksiantajan kautta. Webropol-kysely tehtiin ensimmäisen kerran keväällä 2017, jolloin kyselyyn oli kolme viikkoa aikaa vastata. Ensimmäisen kyselykierroksen jälkeen vastauksia tuli vain yhdeksän (n=9), joten yhdistyksen kautta lähetettiin muistutuskirje ja avasimme kyselyn uudestaan. Toisen kysely kierroksen jälkeen vastauksia oli käytettävissä yhteensä 14 (n=14). Vastausprosentti oli 23 prosenttia. Kyselyn perusjoukko oli Savon Monikkoperheet Ry:n jäsenet, joista otettiin harkinnanvarainen näyte. Saatekirjeessä (liite 2) kerrottiin tutkimuksesta ja sen kohderyhmästä, jonka perusteella kyselyyn vastattiin.

Kyselyn alussa selvitettiin perheen taustatietoja, kuten lasten syntymävuosia ja perheen kokoa. Taustatietojen jälkeen selvitettiin monivalinta kysymyksillä ja matriiseilla perheen kokemuksia asiantuntijoilta ja vertaistuelta saadusta tuesta. Kysymyksissä kysyttiin tiedon saannista monikkoraskausiin ja -vanhemmuuteen liittyen sekä mikä oli merkityksellisin tiedonsaanti taho. Kysymyksissä kysyttiin myös tuettiin monikkoraskauteen ja -vanhemmuuteen sekä mistä perheet saivat tukea. Näillä kysymyksillä selvitettiin perheitä tukeneet tahot ja niiden merkitys. Kyselyn loppuvaiheessa oli kolme avointa kysymystä, joilla selvitettiin vertaistuen tärkeyttä perheille, minkälaista apua tai tukea perheet olisivat kaivanneet sekä kehittämideoita monikkoperheiden palveluihin. Näin saatiin selville perheiden kokemuksia vertaistuesta ja avun tarpeesta. Webropol -kyselyn runko on liitteenä työn lopussa (liite 5). Tutkimustuloksia monivalintakysymysten ja matriisien osalta käsiteltiin määrällisen menetelmän avulla, mutta avoimia kysymyksiä käsiteltiin laadullisin menetelmin. Webropol -kyselyssä yhdistyivät molemmat tutkimusmenetelmät.

9.1.1 Vastaajien taustatiedot

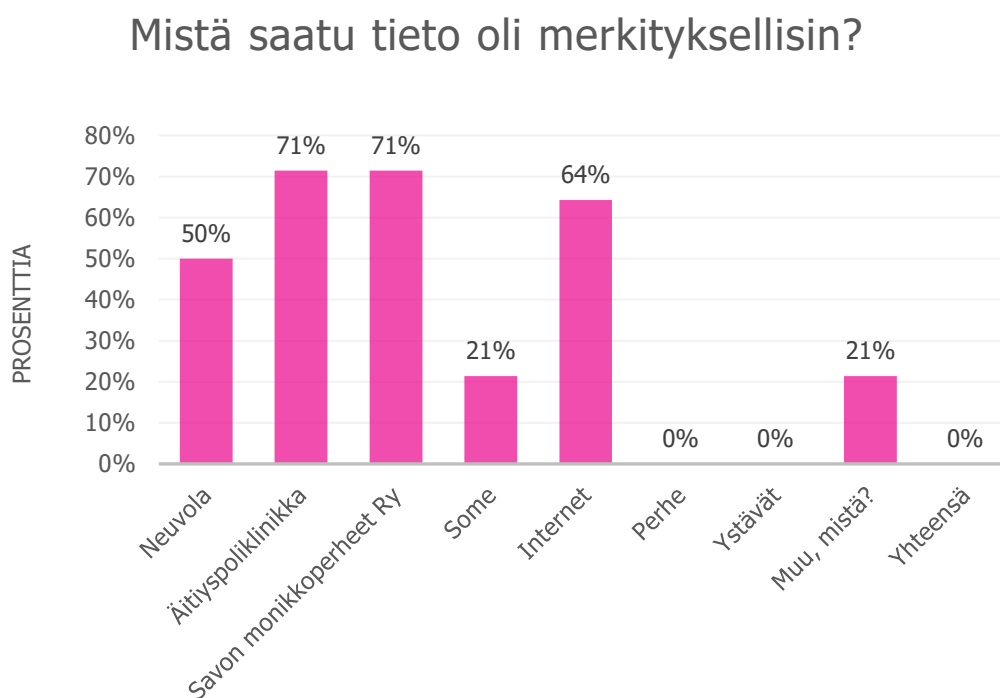
Kyselyyn vastaajia oli yhteensä 14 (=n) ja heidän monikkolapsena olivat syntyneet vuosien 2007–2016 välillä. Yksi kaksospari oli syntynyt vuonna 2007, muut vuosien 2014–2016 välillä. Hieman yli puolet (64 %/n) vastaajien kaksosista oli syntynyt vuonna 2016. Päävastuullisia huoltajia vastaajista oli suurin osa (85 %/n), vain yksi ei halunnut ilmoittaa huoltajuuttaan ja yksi kyselyyn vastaajista ilmoitti olevansa monikkoperheen toinen huoltaja. Puolelle vastanneista monikkolapset olivat heidän ensimmäiset lapsensa. Yli puolet kaikista vastaajista (64 %/n) eivät osanneet odottaa monikkoras-

kautta, koska esimerkiksi heidän suvussa ei ole ollut kaksosia, kuten mahdollisuudesta monikkoraskauteen tiedostaneiden kohdalla oli ollut.

9.1.2 Monikkoperheiden tiedollinen tukeminen

Kyselyn perusteella vastaajat (n=14) ovat saaneet tietoa monikkoraskauteen liittyen neuvolasta, Savon Monikkoperhe yhdistyksestä, äitiyspoliklinikalta, internetistä ja sosiaalisen median eri keskusteluryhmistä, perheiltään ja ystäviltaan. Monikkoperheiden merkityksellisin tiedon saanti taho ovat olleet äitiyspoliklinikka (71 %/n), Savon Monikkoperhe yhdistys (71 %/n), internet (64 %/n) sekä neuvola (50 %/n). Yksikään vastaaja ei kokenut perhettä tai ystäviä merkityksellisiksi raskauteen liittyvän tiedon saannin lähteiksi. Vastaajista kolme (21 %/n) koki sosiaalisen median merkitykselliseksi, myöskin muut tiedon saantikohteet olivat (21 %/n) merkityksellisiä, näitä muita tiedon saanti kohteita olivat esitteet sekä Helsingin seudun monikkoperheet Ry. Merkitykselliset tiedon lähteet on esitetty kuviossa 1.

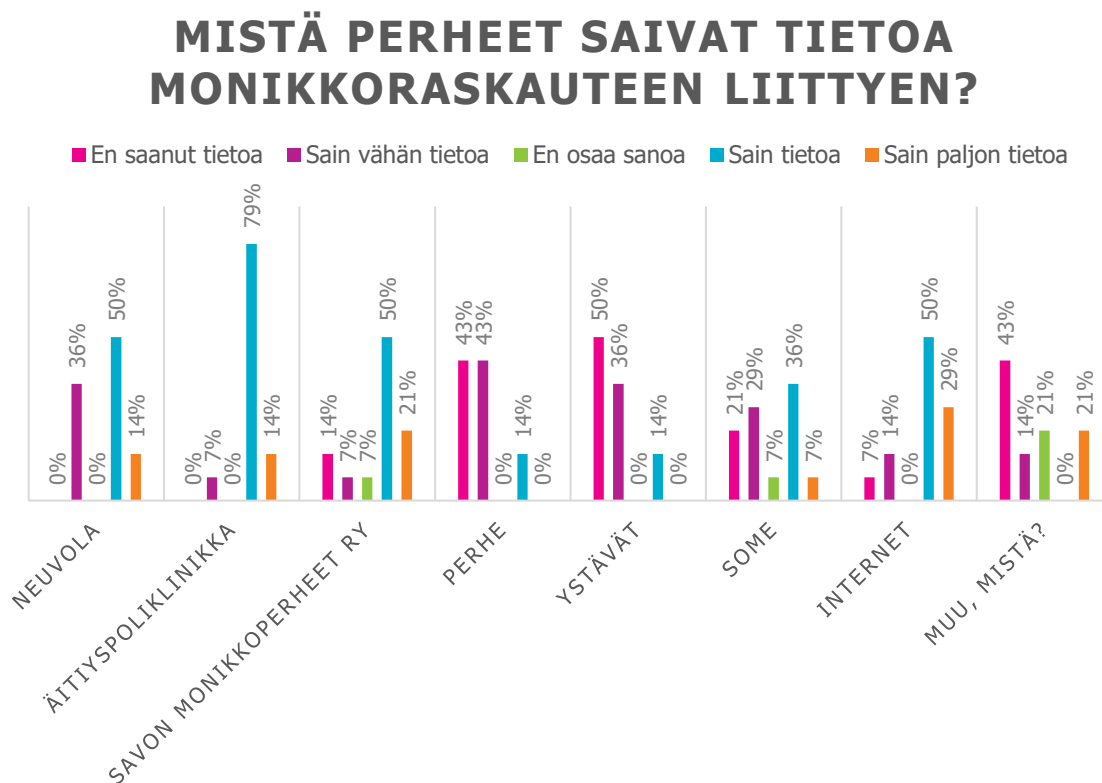
Kuvio 1. Merkityksellisin tiedon lähde monikkoraskauteen liittyen (n=14)



Kuviossa 2 yhdistettäessä kategoriat "En saanut tietoa" ja "Sain vähän tietoa" yhdeksi alueeksi sekä "Sain tietoa" ja "Sain paljon tietoa" yhdeksi kategoriaksi. Lähes kaikki vastaajista (n=14) kokivat saaneensa tietoa äitiyspoliklinikalta (93 %/n). Vastaajista noin kolme neljästä sai tietoa internetistä. Vastaajista noin kaksi kolmesta sai tietoa monikkoraskauteen liittyen Savon Monikkoperheet Ry:ltä. Yksi vastaajista sai Savon Monikkoperheet yhdistykseltä vähän tietoa ja yksi vastaajista ei osannut sanoa. Neuvolasta monikkoraskauteen liittyvää tietoa saaneita oli vain hieman yli puolet kyselyyn vastaajista. Kolmannes vastaajista kertoo saaneensa neuvolasta vähän tietoa monikkoraskauteen liittyen. Vastaajista noin yksi kuudesta oli saanut tietoa monikkoraskauteen liittyen perheiltään ja vastaajista noin kaksi viidestä oli saanut vähän tietoa. Vajaa puolet ei puolestaan saanut lainkaan

tietoa perheeltään. Puolet vastaajista kokivat, että ystäviltä ei ole saanut raskauteen liittyvää tietoa. Toisaalta puolet vastaajista ovat puolestaan saaneet tietoa tai sai vähän tietoa ystäviensä kautta raskauteen liittyen. Vastaajista noin kaksi viidestä oli saanut tietoa sosiaalisen median kautta. Vastaajista noin yksi kolmesta on saanut vähän tietoa raskauteen liittyen sosiaalisen median kautta ja noin yksi viidestä ei ole saanut tietoa lainkaan. Tarkka vastausjakauma on esitetty kuviossa 2.

Kuvio 2. Tietolähteet monikkoraskaudesta (n=14)



Vastaajista yksi kuudesta oli kokenut, ettei raskaudesta tai odotusajasta ollut kerrottu heille tarpeeksi tarkasti ja vain yksi vastaaja ei osannut sanoa, oliko tieto ollut oikea-aikaista raskauteen liittyen. Lähes kaikkien vastaajien mielestä tieto oli ollut oikea-aikaista. Kyselyn mukaan lisää tietoa olisi kaivattu neuvolasta, erilaisista tuista sekä ihan arjen käytännöistä monikkoperheessä.

Puolet vastanneista kokivat, että heitä oli tuettu raskausaikana monikkovanhemmuuteen, etenkin monikkoperhevalmennus mainittiin hyvänä asiana, josta on saanut tukea ja tietoa. Noin kolmannes vastanneista kokee, että koko perhettä tuettiin tulevaan monikkoarkeen ja etenkin isien mukaan ottaminen neuvolaan sekä valmennuksiin tuli vastauksissa esille. Toisaalta avoimissa vastauksissa tuli esille, että muutama kyselyyn vastanneesta koki, ettei toista vanhempaa kuitenkaan huomioitu tarpeeksi neuvolassa, vaikka heidän osallisuuttaan siellä toivottiinkin. Yksi viidestä vastaajasta ei osannut sanoa, onko koko perhettä tuettu raskausaikana monikkovanhemmuuteen.

9.1.3 Monikkoperheiden sosiaalinen tukeminen

Vastaajista suurin osa (85 %/n) oli saanut vertaistukea, etenkin Savon Monikkoperheet Ry:ltä ja sosiaalisen median (esimerkiksi Facebook) eri keskusteluryhmistä. Muutama vastanneista kertoi avoimissa vastauksissa saaneensa vertaistukea myös tuttavaperheiltä sekä Kuopion kaupungin kotipalvelun perhetyöltä. Suurin osa (85 %/n) vastaajista oli kokenut vertaistuen todella tärkeäksi, etenkin keskustelu ja mahdollisuus puhua haastavista tilanteista toisten monikkovanhempien kanssa olo ollut tärkeää. Vertaistukitoimintaa kaivattaisiin kuitenkin enemmän ja yksi vastaajista toivoi myös iselle omaa toimintaa, koska äidit hänen kokemuksensa mukaan ovat enemmän toiminnassa mukana.

Monikkoperheistä suurin osa koki saavansa tukea raskausaikaan neuvolasta, äitiyspoliklinikalta ja Savon Monikkoperheet yhdistykseltä. Kyselyyn vastanneista puolet kertoi, ettei saanut tukea raskausaikana perheeltä, vertaistuesta tai ystävilä. Vanhemmuutta tuettiin vastausten perusteella neuvolassa parhaiten. Myös perhe ja yhdistys koettiin tärkeäksi vanhemmuuden tukemisessa. Äitiyspoli-klinikka ei enää lasten synnyttyä tukenut vanhempia. Tulos on ymmärrettävä, koska äitiyspoli-klinikka keskittyy raskausaikaan.

Kysyttäessä millaista tukea tai apua he olisivat kaivanneet raskausaikaan tai lasten synnyttyä, toiveet painottuivat lasten- ja kodinhoidollisten apujen ja tuen tarpeisiin sekä oman levon mahdollistamiseen. Osa vastaajista nimesi lapsiperheiden kotipalvelun tahoksi, josta olisivat toivoneet saavansa tukea sekä, että se olisi ollut helpommin saatavilla ja pidempikestoista. Kyselyn vastaajat tahtoivat neuvolapalveluita kehitettävän ja etenkin neuvolan työntekijöitä ja heidän koulutustaan, jotta työntekijöillä olisi enemmän tietoa monikkoraskauksista. Työntekijöillä tulisi olla enemmän tietoa monikkoraskauksista ja siitä, kuinka tieto monikkoraskaudesta vaikuttaa vanhempiin myös psyykkisellä tasolla.

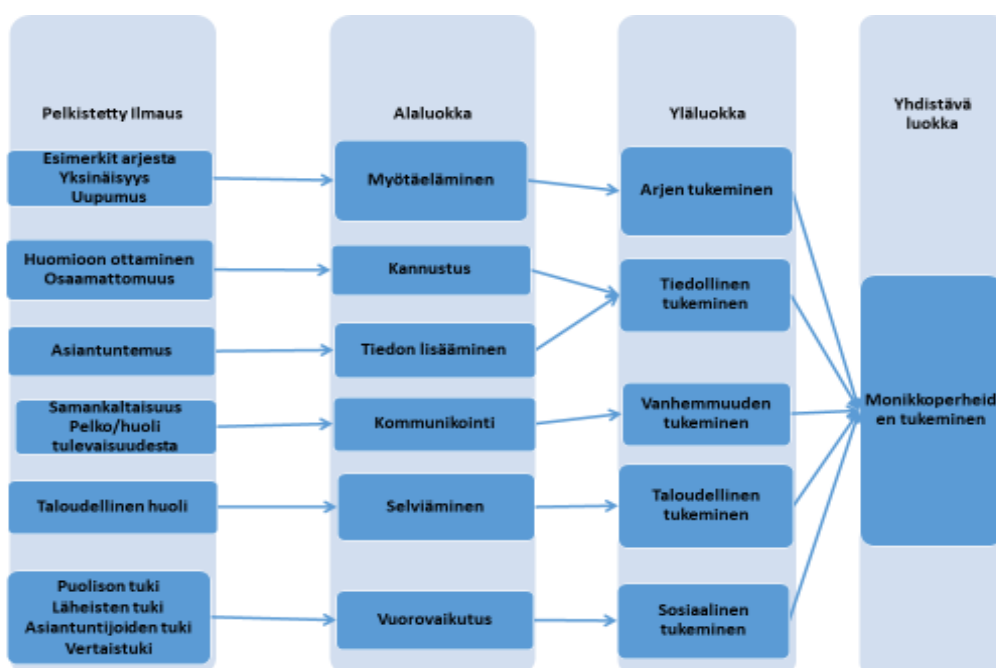
9.2 Teemahaastattelun tulokset

Teemahaastatteluja varten pyydettiin Savon Monikkoperheet Ry:n kautta vapaaehtoisia perheitä haastateltaviksi, haastattelun kutsukirje liitteenä työn lopussa (liite 3). Yhdistyksen välityksellä lähetettiin sähköpostia yhdistyksen jäsenille, jonka jälkeen haastateltavat ottivat itse meihin yhteyttä. Haastattelu oli vapaaehtoinen. Haastatteluun kutsuttiin perheitä, joihin on syntynyt vuoden 2014 jälkeen monikkolapset. Haastattelut toteutettiin kesäkuussa 2017 ja nauhoitukset litteroitiin kesän aikana. Haastateltavia henkilöitä oli yhteensä seitsemän neljästä perheestä ja kolmessa perheessä oli paikalla myös puoliso. Jokainen haastattelu kesti noin tunnin. Lisäksi käytössä oli esitutkimus aineiston haastattelut ja Webropol -kyselyn avoimet vastaukset. Litteroitua tekstiä kertyi 60 sivua, joka oli kirjoitettu fonteilla Ariel, Tahoma ja Calibri (leipäteksti). Fonttikokona oli käytetty 10 - 11 sekä rivivälinä 1.0, 1.15 ja 1.5. Osa nauhoituksista jouduttiin jättämään pois, koska puhe oli liian epäselvää koväänisten taustäänien vuoksi (lasten itkua, astioiden kolinaa, muuta melua).

Teemahaastattelun teemat ja kysymysrunko (liite 1) rakennettiin Webropol kysymysten ja teoriatiedon perusteella. Teemahaastattelun tarkoitus oli syventää Webropol kyselyn tuloksia ja parantaa

näin tutkimustulosten luotettavuutta. Teoriaosuudessa käsiteltiin teemoihin liittyvää teoretietoa. Haastattelun alussa kysyttiin perheiden perustietoja, kuten lasten syntymävuodet ja perhekoko. Haastattelu jatkui monikkoperheiden tiedolliseen ja vanhemmuuden tukemiseen liittyvillä kysymyksillä. Seuraavaksi kartoitettiin kuinka monikkolapset ovat vaikuttaneet perheiden taloudelliseen tilanteeseen ja miten heitä on tuettu siinä. Haastattelun kysymyksillä selvitettiin myös vertaistuen merkitystä sekä digipalveluiden käyttöä.

Aineiston analyysi aloitettiin aineiston sisältöön perehtymisellä, josta etsittiin pelkistettyjä ilmaisuja tutkimustehtävän kysymyksien avulla. Pelkistettyjä ilmauksia listattiin, joita olivat muun muassa yksinäisyys, pelko tai huoli tulevaisuudesta ja työntekijän merkitys. Pelkistetyistä ilmauksista etsittiin eriävyyksiä sekä yhtäläisyyksiä, jonka jälkeen muodostettiin alaluokkia. Alaluokkia olivat muun muassa myötäeläminen, kommunikointi ja vuorovaikutus. Yläluokat muodostettiin yhdistämällä alaluokkia, jolloin yläluokiksi muodostuvat muun muassa tiedollinen tukeminen, vanhemmuuden tukeminen ja sosiaalinen tukeminen. Yhdistäväksi käsiteeksi tuli monikkoperheiden tukeminen. Esimerkkejä aineiston käsittelyssä käytetyistä menetelmistä on esitetty alla olevassa kuvassa (Kuva 1).



Kuva 1. Aineiston analysointi.

Tutkimukseen osallistui 7 perhettä ja haastatteluista kahdessa oli isä mukana ja yhdessä haastattelussa isä oli toisessa huoneessa, mutta ei varsinaisessa haastattelussa läsnä. Kahdessa (2/7) perheessä ei ollut monikkoraskautta edesauttavia tekijöitä, kuten hedelmöityshoitoja tai suvun tuomaa geneettistä alttiutta.

9.3 Monikkoperheiden tiedollinen tukeminen

Esikoislapsen odotus- ja syntymä on ihmeellistä aikaa perheelle. Etenkin, jos esikoislapset ovat kaksoisia, tilanne tuo erityispiirteitä. Heinosen (2014, 79) tutkimuksessa tuli esille, että perheet kaipa-

vat enemmän neuvolakäyntejä sekä tiedollista tukemista lasten kasvuun ja kehitykseen. Opinnäytetyössä saatiin vastaavia tuloksia. Perheet kaipaavat tietoa raskausaikana sekä syntymän jälkeen.

Opinnäytetyön tutkimuksen mukaan perheet kokivat saaneensa tiedollista tukea neuvolasta, monikkoperhevalmennuksesta, monikkoperheyhdistyksestä ja internetistä itse etsimällä. Kuopion yliopistolaisen sairaalan eri toimipisteet olivat antaneet myös tiedollista tukea, kuten vauvateho ja äitiyspoliklinikka. Neuvolasta saatu raskauteen liittyvä tieto on ollut kokemusten mukaan vaihtelevaa. Osa on kokenut saaneensa tietoa monikkoraskaudesta riittävästi, mutta osa kokee saaneensa tietoa liian vähän tai se ei ole ollut oikea aikaista. Toisaalta tutkimuksessa selvisi, ettei välttämättä ole osattu kysyä työntekijöiltä mitään raskauteen liittyen ja oma aktiivisuus olisi ollut tärkeää tiedon hankinnassa. Perheillä oli kokemus siitä, etteivät työntekijät tiedä riittävästi monikkoraskauksista oireineen ja erityispiirteineen tai keskosina syntyneistä erityistarpeineen. Alla on esitetty teemahastattelujen litteroinneista poimittuja esimerkkejä kuvaamaan perheiden kokemuksia monikkoraskaudesta ja vanhemmuudesta sekä niihin liittyvistä palveluista.

Kyllä meillä on aivan ihana terveydenhoitaja tuolla ja oli jo silloin kun odotin tuota esikoista ja on koko tukenut tässä matkan varrella, että kovasti tsempas ja loi semmoista uskoa ja siellä sai sitten jutella

mut tuota mä niinku oon niin luottosuhde mun oman neuvolan tätiin.. että mä meen sen perässä et jos se on kipeenä.. niin mä en mee muille...

Kolme vastaajaa kertoo neuvolan työskentelyn olevan lähinnä suorittamista, kuten tarvittavien mitauksien ottamista.

seurattiin että lapset kasvaa tasaisesti ja sillä tavalla että kun kaksosillahan on se riski että toinen on sitten pienempi tai että kuuluuko sitten molempien sydänäänät tai muuta semmostahan siellä seurattiin enempi

Perheet kertoivat, etteivät ole saaneet neuvolan puolesta tarpeeksi tukea raskausaikaan eivätkä vanhemmuuteen. Perheille jaettiin neuvolasta esitteitä monikkoraskauteen liittyen, mutta keskustelua työntekijöiden kanssa olisi kaivattu lisää.

mutta eipä siinä siis muuta sillä tavalla niitä nyt sitten anto niitä semmoisia vihkosia.. tais olla ainut.. siis sellainen mikä jaetaan joku siis normaalisti annetaan joku niinku ykkösodottajille semmonen Meille tulee vauva.. niin mä sain semmoisen meille tulee vauvat

Monessa perheessä kävi ilmi, ettei toinen vanhempi saanut tarpeeksi tietoa tai tukea neuvolan tai muiden asiantuntijoiden osalta. Perheillä oli kokemus, että isä sivuutetaan tasa-arvoisena vanhempana. Molempien vanhempien toivotaan osallistuvat esimerkiksi neuvolaan, mutta ei raskaana oleva vanhempi saatettiin sivuuttaa.

Niinku siinä on ollu jotenki sitä epätasaarvoa, et miestä ei oo otettu huomioon silleen, et kyllä se mieski voi olla ihan täysin osallistuva vanhempi ihan samanlaisessa asemassa siinä perheessä ja yhtä hyvin lasten asioissa perillä ku äitikkii.

Tutkimuksessa kaksi perhettä vastasi, että puoliso oli saanut riittävästi tukea ja tietoa. Puolison mukaan ottaminen tasavertaisena vanhempana tukee vanhempien osallisuutta lasten kasvatuksessa ja hoidossa.

kyl siis meidän terveydenhoitajat tosiaan omat saatu aivan ihanat ottaa aina miehen huomioon ja kyssyy hänen kuulumisia ja ajatukset sillä tavalla

Savon Monikkoperheet Ry järjestää yhteistyössä Kuopion yliopistollisen sairaalan (KYS) kanssa monikkovalmennuksia odottaville perheille, jossa on mahdollista saada tietoa tulevasta arjesta, imetyksestä sekä vaihtaa kokemuksia toisten monikkoperheiden kanssa (Savon Monikkoperheet Ry 2016b). Tutkimuksessa ilmeni, että Savon Monikkoperheet Ry:n antama tieto ja kokemus on koettu tärkeäksi. Yhdistyksen kautta on saatu tietoa monikkoraskaudesta, arjesta ja erilaisista palveluista sekä tukea vanhemmuuteen ja lasten yksilölliseen tukemiseen. Vertaistuki on ollut erityisen tärkeää äideille, mutta myös osa puolisoista on kokenut hyötyvänsä vertaistuesta. Tutkimuksen mukaan tärkeää on ollut keskustella sellaisen kanssa, joka pystyy samaistumaan monikkoraskauteen ja arkeen.

No ihan älyttömän tärkeeksi et kyllä se on erilaista jutella sellasen kaa jolla on vaan se yks vauva vaan tai niinku yks kaks vuotias lapsi ku sulla on niitä kaks. Silleen että kyllä siinä on ihan vissi ero.. Vaikka ne jotku saattaa sanoo et, se on ihan sama vaikka ois kolme kaks vuotiasta. Joo ei oo sama asia et ei todellakaan oo.

9.3.1 Vanhemmuuden tukeminen monikkoperheessä

Monikkoperheessä vanhemmuus korostuu, koska työntäyteinen arki vaatii yleensä molempia vanhempia osallistumaan lasten hoitoon. Vanhempia tulisi tukea vanhemmuuteen jo ennen raskautta. Raskausaikana ja synnytyksen jälkeen parisuhteen ja vanhemmuuden tukeminen edistää koko perheen hyvinvointia ja näin myös luodaan lapsille turvalliset olosuhteet. (Karhumäki 2009,133–135.) Opinnäytetyön tutkimuksessa selvisi, että perheet kaipaavat tukea vanhemmuuteen. Monella perheellä oli jo raskausaikana huoli tulevasta monikkoarjesta, kuten pelkoa tulevaisuudesta ja omasta jaksamisesta.

mut se pelko on ihan järkyttävä koska sitä ei mitään muuta puhuta kuin sitä riskiraskautta..

Ni välillä on kyllä ollu semmonen olo, että ei tästä tuu mitään että miten tästä oikeen vois selvitä.

Monikkoperheet ovat saaneet myös tukea raskausaikaan ja vanhemmuuteen Savon Monikkoperheet Ry:ltä. Yhdistyksen antama tuki on koettu perheelle tärkeäksi, vaikka monessa perheessä vain äiti osallistui yhdistyksen järjestämään toimintaan.

no ehkä se iteltä tuntuu siltä että ei oo hirveesti sitä tarvinnu, mutta mitä äitiä seurannut myös niin hyvä että hänellä ollut, ja kiinnostunut monikkohommista ja..huomannu että toimii.

9.3.2 Monikkoperheiden arjen tukeminen

Arki voi olla hyvin työntäyteistä ja haastavaa, johon yhdistyvät taloudelliset, sosiaaliset ja psyykkiset paineet. Vanhempien olisi hyvä tunnistaa omat tunteensa ja pyytää tarvittaessa apua ulkopuolisilta. Jatkuva unenpuute ja siitä johtuva väsymys voivat tuoda haasteita psyykkiselle hyvinvoinnille. (Kumpula 2010, 8.) Opinnäytetyön tutkimuksen vastaajat kertoivat jaksamiseen negatiivisesti vaikuttaneita tekijöitä olevan lasten sairastelu, lasten erirytmisyys (vuorokausirytmii), riittämättömyyden tunne ja ettei erilaisesta tunteistaan päässyt puhumaan tai saanut niihin tukea.

ois oikeestaan kaivannu sitä semmosta tommosta et sitä ei niinku ollu ja sit äitinä oli ihmeissään niinku sillai sillai et jatkuva riittämättömyyden tunne

Vanhempia huolestutti etukäteen myös oma riittävä unen saanti lasten syntymän jälkeen.

meille on ne yöt niin tärkeitä, että jos saa nukuttua niin sitten pärjää että, se huoletti etukäteen että mitenkä

9.3.3 Monikkoperheiden taloudellinen pärjääminen

Tieto kaksosista tai useammasta vauvasta voi tuoda huolia taloudellisessa tilanteessa pärjäämiseen. Lastentarvikekustannukset ovat mahdollisesti kaksinkertaiset, jos tarvikkeita ei voi kierrättää sisärukselta toiselle. Perhe voi joutua miettimään isompaa asuntoa tai autoa. Monikkoperheessä kulut kasvavat lasten kasvaessa niin vaate- kuin harrastekustannuksissa. Monikkoperheessä taloudellisia paineita tuovat yleensä toisen vanhemman jäänti pitemmälle vanhempainvapaalle. (Hyväluoma ja Karhumäki 2010, 144–147.) Opinnäytetyön tutkimuksen aineiston perusteella myös taloudelliset huolet olivat monikkoperheiden mielessä. Perheet kertoivat, että asuntoa ja autoa on jouduttu vaihtamaan sekä lastentarvikehankintoihin pyytämään apua.

oo et kyllähän meillä meni auto vaihtoon tietysti et ei ollu mahollista laittaa kolmee turvaistuinta sinne taakse et sitäkin piti paljon puljata enneku löyty hyvä ja minkäläinen saahaan..

no talo ja auto

Vaikka osassa perheistä jouduttiin tekemään suuriakin hankintoja lasten syntymän myötä, eivät ne aina aiheuttaneet taloudellisia huolia. Elämän perushankinnat heillä oli jo tehtynä sekä arvojen muuttuminen vaikuttanut siihen, etteivät he kokeneet taloudellisia huolia.

Me ollaan ajateltu että se raha kuluu joka tapauksessa, eipä sitä ite paljoo enää tarviihe että lapsethan. Ja sitäpaitsi jos ois tehny kaks lasta eri aikaan niin sillon hankinnat olis ehkä ei ehkä olis niin kätevästi tullukkaan, kun joitain asioita voi taas vaan ostaa yhen.

9.4 Monikkoperheen sosiaalinen tukeminen

Sosiaalisella tukemisella tarkoitettiin tässä työssä sosiaalisia vuorovaikutussuhteita, joiden kanssa perhe on tekemisissä. Sosiaalista tukea perheille tarjosi esimerkiksi läheiset, ystävät, asiantuntijat,

järjestöt ja vertaistuki. Myös internetistä saatiin vertaistukea. Hyvä sosiaalinen verkosto auttaa perheitä arjessa ja vahvistaa henkistä hyvinvointia.

9.4.1 Monikkovanhemmuus ja parisuhde

Hyvä parisuhde vahvistaa koko perheen hyvinvointia. Parisuhteessa toiselta odotetaan niin tukea arkeen kuin läheisyyttä ja vuorovaikutusta. (Rotkirch, 2014, 49–88.) Monikkoperheessä toisen vanhemman rooli korostuu ja parisuhdekin voi joutua koetukselle (Kumpula 2010, 6-7). Haastatteluisia kysyimme, onko monikkoarki vaikuttanut parisuhteeseen ja monet olivatkin kokeneet sen tuovan haasteita etenkin kahdenkeskiseen ajan järjestämiseen. Parisuhteeseen vanhemman oma jaksaminen on vaikuttanut negatiivisesti. Mahdollisia riitatilanteita tai kinasteluja on tullut. Parisuhteelle on vähemmän aikaa kuin aiemmin ja lastenhoito apua on käytetty mahdollistamaan yhteisen ajan. Osa perheistä olisi kaivannut tukea parisuhteen hoitamiseen liittyen, etenkin yhteisen ajan mahdollistamiseksi esimerkiksi kotipalvelun avulla.

Tai silleen niinku se on vaikuttanu siihen jaksamiseen.. silleen että on tullu helpommin niitä yhteenottoja.. Että niinni.. Kyllä siihen ois niinku sillai että ois siihen kaivannu sitä tukia.. Semmoseen niinku parisuhteen tukemiseen..

Monikkovanhemmuus ja sen tuomat haasteet ovat myös omalla tavallaan tukeneet parisuhdetta tiiviimmäksi ja läheisemmäksi. Puolison rooli on korostunut sekä vastuun jakaminen, jotka ovat lujittaneet parisuhdetta.

Ehkä pikemminkin paremmin hitsannu yhteen, tullu semmoneen aika toimiva tiimi. Ja sanattomasti tai pikkusanoilla viestimään, et tee sä toi ja mä teen tän. Ja sit kohta nää on nukkumassa ja me saahaan huokasta. Ja sillätavalla niinku yritetään ajatella että hionu yhteen sillä tavalla.

9.4.2 Tukiverkoston tuoma tuki, läheiset ja vertaistuki

Useimmissa perheissä, niin yksi lapsisessa perheessä kuin monikkoperheissäkin toinen vanhempi käy töissä ja toinen huolehtii lasten hoidosta. Kotona oleva vanhempi tarvitsee yleensä yhteisöllistä tukea ja apua arkeen, jolloin vanhempi toimii siltana yhteisön ja lapsen välillä. Tukea saadaan läheisiltä, puolisolta, vanhemmilta ja erilaisista tapahtumista. (Rotkirch 2014, 48.) Tutkimuksessa ilmeni, että sukulaiset ja muut läheiset koetaan tärkeiksi. Monella perheellä sukulaiset ja muut läheiset asuivat kauempana, jolloin esimerkiksi yhdistyksen vertaistukiryhmät toivat tukea arkeen.

et sillätavalla jos tuota on tarvinnu jottain ni apua jossain arkihommissa tai joskus päästiin jonneki kahestaan. se on niinku sukulaisten kautta toiminu. Ja sit noitten poikien muutamat kummit on semmosia jotka on auttanu jos on tarvinnut tai ainaki leikittämässä.

että voi olla.. jo sen verran niinku iäkkäät vanhemmat hengissä.. et ei niinku sillä tavalla oo lastenhoito apua.. niin sillä tavalla nykyään.. tää tukiverkosto.. on sit koottava tällä tavalla sit kaikesta muusta

Yhtä lukuun ottamatta vastaajat olivat monikkoperhe yhdistyksen jäsen. Hän oli tutkimuksen aikana vielä raskaana, eikä kokenut yhdistyksen vertaistukea silloin niin merkittävänä asiana. Hänellä oli tuttava piirissä kaksosvanhempia, joilta voi saada vertaistukea.

ei oo ees kotona vielä mietitty, että liitytäänkö mitenkä tai aiotaanko miten aktiivisesti olla mukana kaksosjutussa. Vähän tuntuu vieraalle ajatus itelle, en oo kuitenkaan semmonen että haluaisin tämmöseen liittyä ja olla osa tämmöstä. En koe kuitenkaan tärkeeks mutta..

Vertaistuen merkitys on ollut suurta niin tiedollisesti kuin henkisenä tukenakin. Ohjautuminen vertaistuen piiriin on jakautunut tasaisesti neuvolan, monikkovalmennuksen ja Kuopion yliopistollisen sairaalan piiristä. Monikkoperhe yhdistyksen löytyminen internetistä on koettu vaikeaksi ja neuvolassa jaettavat esitteet ovat helpottaneet yhdistyksen piiriin pääsemistä, vaikei neuvolasta ole välttämättä muutoin sinne ohjattukaan.

Tuntuu, et ois joku muuri jos on tullu vaan yksittäisiä lapsia kerralla. Et semmosten vanhempien kanssa ku puhuu, et hankala on sitä kokemusta tavottaa jos ei oo iteläsä kaksosia

9.4.3 Ammatillaiset vanhempien tukena ja yhteistyö eri tahojen välillä

Monikkoperheet kokevat asiantuntijoiden tuen tärkeäksi, mutta riittämättömäksi. Asiantuntijoilta vaaditaan perehtymistä kokonaisvaltaisesti monikkoperheiden tilanteeseen. Arki monikkoperheissä on usein erityistilanteiden keskellä elämistä. Olisi hyvä selvittää tukiverkostot sekä lastenhoitamisen käytännöt. Asiantuntijan tulisi osata havainnoida ja tukea perheitä kokonaisvaltaisesti. (Heinonen 2013, 78.)

Erilaisia yhteistyötahoja niin raskausaikana, kun lastensyntymänkin jälkeen on ollut useita. Näistä keskeisimpiä ovat olleet neuvola, Kuopion yliopistollisen sairaalan (Kys) äitiyspoliklinikka, vauvateho sekä Savon Monikkoperheet Ry:n ja Kuopion yliopistollisen sairaalan kanssa yhteistyössä toteutettu monikkovalmennus, Savon Monikkoperhe Ry sekä lapsiperheidenkotipalvelu. Kela on ollut jokaisella perheellä mukana vanhempainpäiväraha ja -vapaa asioiden tiimoilta. Yksittäisten perheiden kohdalla raskausaikana tai lasten syntymän jälkeen mukana on ollut myös mielenterveyshoitaja, fysioterapeutti, ravitsemusterapeutti, vauvatehon tai pitkäaikaissairaiden lasten vanhemmille suunnattu perhetyö sekä Mannerheimin lastensuojeluliiton lastenhoitaja.

Kaikilla perheillä tuli tutkimuksessa esiin jokin ammattilaistaho, jonka työntekijä on koettu tärkeäksi. Osalle tämä työntekijä on ollut oma neuvolantöntekijä, kättilö ja varsinkin vauvatehon työntekijät. Vanhemmat joiden lapset jotka ovat olleet vauvateholla, ovat kokeneet niin hoitajat kuin sosiaalityöntekijänkin tärkeiksi niin henkisen kuin tiedollisenkin tuen lähteenä.

Kyllä meillä on aivan ihana terveydenhoitaja tuolla ja oli jo silloin kun odotin tuota esikoista ja on koko tukenut tässä matkan varrella, että kovasti tsemppas ja loi semmoista uskoa ja siellä sai sitten jutella

Sosiaalihuoltolain mukaisena sosiaalipalveluna järjestetään lapsiperheiden kotipalvelua. Se tukee lapsiperheitä arjessa selviytymiseen. Lapsiperheiden kotipalvelua on mahdollista saada, jos perheessä on sairaus, synnytys, vamma tai jokin muu toimintakykyä alentava syy tai erityinen perhe- tai elämäntilanne, kuten avioero tai kaksosten syntyminen. (THL 2015.) Tutkimukseen osallistuneista perheistä viisi (n=5) on käyttänyt lapsiperheiden kotipalvelua lasten syntymän jälkeen. Saatu kotipalvelu on koettu pääosin riittäväksi ja hyväksi, mutta kahdelle (n=2) perheellä ollut vaikeuksia saada tarvitsemaansa apua kotiin kaupungin tarjoamana.

joo saatiin sieltä lapsiperheiden kotipalvelusta mutta sekin piti sillätavalla tehdä että niinkun pelkkä yhteydenotto sinne ei riittänyt vaan neuvolan piti kovistella niitä vielä

Lapsiperheiden kotipalvelun piiriin ohjaututtiin neuvolan ja vauvatehon sosiaalityöntekijän ohjaamana tai ottamalla itse yhteyttä palveluntarjoajaan jo raskausaikana. Lapsiperheiden kotipalvelua haettiin konkreettiseen tukeen arjessa pärjäämiseen sekä oman jaksamisen tueksi. Kolmella (n=3) tutkimukseen osallistuneella ei ollut varmaa tietoa siitä mitä lapsiperheiden kotipalvelu sisältää tai virheellistä tietoa lastensuojelun alaisuudesta. Keskusteluista tulee ilmi myös käyttäjäkohtaisten sisältöjen eroja, esimerkiksi vanhempien yhteisen ajan mahdollistamisesta kotipalvelun aikana.

..sillonkun oli se kotipalvelu niin sillon me päästiin kahestaän käymään vaikka lounalla yhdessä, mutta ei myö niinkun kahestaän päästä silleen käymään..

tavallaan että jos haluat apua saaha jostakin apua.. niin sun täytyy tehdä itestäs niinku lastensuojeluilmoitus.. että saat niinku apua

Yhteistyössä eri palveluiden välillä koetaan kehittämisen tarvetta. Perheisiin eniten vaikuttavat yhteistyötahot olivat monikkoperheyhdistyksen, neuvolan ja Kys:n väliset yhteistyöt. Monikkoperheyhdistyksen ja Kuopion yliopistollisen sairaalan yhteistyössä toteuttamat monikkoperhevalmennukset koettiin perheissä tärkeiksi tiedon ja vertaistuen lähteiksi. Yhdistyksen ja neuvolan välistä yhteistyötä toivotaan enemmän, jotta tieto yhdistyksestä ja monikkoperhevalmennuksista tavoittaisi perheet. Tutkimuksessa tuli myös esille eri kirjausalueet Kys:n ja neuvolan välillä, jotka eivät keskustele keskenään.

No aika huonosti että melkein ite joutu olemaan semmosena sanan saattajana että mitä on missäkin ollu..

9.4.4 Digipalvelut ja internet vanhempien tukena

Opinnäytetyön tutkimuksen mukaan internettiä käytettiin tiedon ja vertaistuen hakemiseen niin raskausaikana, kuin sen jälkeenkin. Eräässä perheessä internet on toiminut niin sanottuna ensitiedon lähteenä monikkoraskauteen liittyen. Kaikissa perheissä internet ei ole toiminut niin merkittävässä roolissa raskauteen liittyvissä tiedoissa. Perheet olivat tietoisia erilaisista internetin kautta tapahtuvista palveluista ja ne herättävät ristiriitaisia tunteita. On koettu, että jotkin asiat voisivat toimia digipalveluiden kautta ja kaivattaisiin lisää tietoa luettavaksi. Digipalvelut ja luennot eivät saaneet kannatusta, koska palvelut eivät korvaa ihmisten välistä kohtaamista ja vuorovaikutusta. Ajan käy-

tön resurssoinnissa koettiin haasteita. Perheillä ei ole aikaa tai halua olla joko tietokoneella tai kännykällä tutustumassa tai tekemässä asioita.

Nyt on chatti siitä ja siitä aiheesta. esimerkiksi parisuhde, aikaa parisuhteelle, myö aateltiin että myö ei tuhlata sitä tuohon, käytetään se siihen että katotaan telkkaria ja syyään.

No jos jotain perinteisiä käyntejä pitäis korvata niin ei se tunnu oikein

...Että kun yhestä kohasta otetaan niin toisesta kohasta sitten korjataan niitä vaurioita mitä se tuo tullessaan.

Vertaistuen etsiminen ja saaminen internetin välityksellä esimerkiksi Facebook-ryhmän kautta on koettu helpoksi. Mikäli tavallisiin vertaistukitapaamiseen ei ole syytä tai toisesta päässyt on internetin kautta se mahdollistunut, koska se ei ole aikaan tai paikkaan sidonnaista.

Ei o oantanu tämä arki myöten sillä tavalla mihinkään liikahtaa että jotenkin aina tuntuu että ku semmoseen yrittää niin joku semmonen aina tulle ettei pääsekään sitten lähtemään niin jotenkin se on itelle jos on ajautunu sinne netin maailmaan niin se on itelle niin paljon helpompi ku sen pystyy millon tahansa kattoo siellä ja juttelee muiden kanssa

9.5 Monikkoperheiltä kehittämisideoita

Haastattelussa kysyttiin olisiko perheillä kehittämisideoita Savon Monikkoperheet Ry:n toimintaan tai esimerkiksi neuvolan palveluihin liittyen. Moni perhe koki tärkeäksi jo odotusajan vertaistuen ja sitä kautta tiedon lisäämisen. Perheiltä tuli toive myös opasvihkoseen tai esitteeseen, josta löytyisi monikkoperheille tarkoitetut palvelut.

Niin että.. joku lappu tai esite että mistä voi apua hakee tai mitä ne tekee tavallaan..

No ehkä mikä on monta kertaa jo tullu sille no tottakai niinku savon monikkoperheillä on vertaistuki iltamat ja sellaset mut ehkä sellasta niinku mitä ite on kaivannu niin siihen odotusaikaan vertaistukiryhmät jo sillan et sillan ois jo useemmilla tapaamisilla saanu jo selville et mitä se monikko arki sit on

9.6 Keskeisimmät tutkimustulokset

Opinnäytetyön tutkimus osoitti, kuinka perheiden kokemukset saamastaan tuesta vaihtelivat perhekohtaisesti. Kokemukset erosivat niin tiedollisen, konkreettisen kuin henkisen tuen osalta. Kuitenkin tutkimus osoitti, että kaikilla perheillä oli niin positiivisia kuin negatiivisiakin kokemuksia. Keskeisimmät tutkimustulokset on koottu alla olevaan kuvioon (Kuvio 3).

Kuvio 3. Keskeisimmät tutkimustulokset.

Monikkoperheiden kokemukset	
Raskauden aikana	
Positiiviset kokemukset	Negatiiviset kokemukset
Saivat tietoa riittävästi ja oikea-aikaisesti joltakin taholta	Asiantuntijoilla ei ole tarpeeksi tietoa monikkoraskausista ja sen erityspiirteistä
Raskauden aikainen tarkka seuranta	Tunteiden huomioiminen monikkoraskauden alkuvaiheessa
Monikkoperhe valmennukset, vertaistuki	Puolison huomioimattomuus
Lasten syntymän jälkeen	
Positiiviset kokemukset	Negatiiviset kokemukset
Vertaistuki	Riittämättömyyden tunteet
Tasavertainen vanhemmuus kannattelee	Huoli jaksamisesta
Kotiin saadut tuet ja palvelut	Vanhempien tasavertainen kohtaaminen auttajatahoilla
	Taloudellinen huoli

10 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyön tulosten perusteella monikkoperheiden kokemus eri asiantuntijoilta saamastaan tuesta on vaihtelevaa. Osa perheistä on saanut tietonsa neuvolasta, äitiyspoliklinikalta ja internetistä kun toiset taas puolestaan yhdistykseltä. Vaikka tietoa monikkoraskaudesta on saatu, tiedon saanti on ollut vaihtelevaa, etenkin neuvolasta saadun tiedon määrä ja laatu on koettu hyvin vaihtelevaksi. Osa perheistä koki, etteivät neuvolan asiantuntijat tiedä riittävästi monikkoraskauksista tai keskosina syntyneistä lapsista erityispiirteineen tai -tarpeineen. Vanhempien omalla aktiivisuudella on ollut suuri merkitys tiedon saantiin, kun raskauteen tai lapsiin liittyviä asioita on pitänyt osata kysyä itse, eikä niitä ole kerrottu automaattisesti. Kuitenkin raskaudesta on tulosten mukaan saatu pääsääntöisesti riittävästi tietoa joltakin taholta.

Neuvolan tuki perheen toiselle vanhemmalle koettiin vaihtelevana. Osassa perheistä toista vanhempaa oli kuunneltu ja huomioitu riittävästi. Toinen ääripää olivat he, jotka kokivat jääneensä ilman tukea ja mahdollisuutta kertoa tunteistaan ja huomiointi oli pintapuolista voinnin kysymistä. Neuvolan vastaanottokäynnit koettiin suorittamiseksi. Yhteenvetona voidaan todeta, että molemmat vanhemmat kaipaavat tukea ja tietoa. Myös puolisoa tulisi huomioida eri asiantuntijoiden vastaanotolla ja tukea molempia vanhempia tasapuolisesti.

Monikkoperheille oma tukiverkosto on ollut merkittävä voimavara ja arjen apu. Läheiset, kuten isovanhemmat ja sukulaiset auttavat lastenhoidossa. Osalla perheistä kuitenkin läheiset asuvat kauempana tai heiltä ei muutoin saa tukea arkeen, jolloin vertaistuen merkitys kasvaa. Keskustelu samassa tilanteessa olevien kanssa on koettu tärkeäksi niin tiedon saannin kuin haastavien kokemusten jakamisen kannalta. Vertaistukitoimintaa toivottiin lisää, etenkin odotusaikaan ja vauvaperheille. Tutkimustulosten mukaan perheet kaipaivat tietoa sekä konkreettisia esimerkkejä arjesta monikkolasten kanssa.

Tutkimuksen mukaan sekä tiedollisella että henkisellä ja konkreettiselläkin tuella on merkitystä vanhempien jaksamiseen. Vanhemman jaksaminen heijastuu lapsen sekä parisuhteeseen. Jatkuva väsymys ja työntäyteinen arki ovat aiheuttaneet parisuhteessa riitatilanteita. Parisuhde joutuu koetukselle, kun perheen vuorovaikutussuhteet muuttuvat lasten syntymän jälkeen. Lasten synnyttyä yhteenottoja puolison kanssa on ollut enemmän, mutta silti perheet kokevat, että puoliso on tärkeä voimavara. Oma puoliso on jakamassa arjen kuormitusta, joten myös toisen vanhemman rooli perheenjäsenenä korostuu. Perheet kaipaivat parisuhteelle kahdenkeskistä aikaa, mutta kokevat sen järjestämisen vaikeaksi. Parisuhteen kahdenkeskinen aika jää usein iltaan, kun lapset menevät nukkumaan.

Lapsiperheiden kotipalvelu koettiin hyvänä ja riittävänä tukena niissä perheissä joissa palvelua oli käytetty. Palvelun saatavuudessa ja ohjautuvuudessa koettiin puolestaan suuria eroja. Kahdella perheellä oli alussa vaikeuksia saada tarvitsemaansa apua kotiin resurssipulan vuoksi. Kotiin annettava tuki koettiin kaikissa perheissä hyvänä niin lapsen kasvun ja kehityksen tukemisessa sekä seuran-

nassa kuten myös oman jaksamisen kannalta. Perheet toivoivat kotipalvelulta tukemista parisuhteeseen, kuten palvelun käyttämistä kahdenkeskiseen aikaan.

Internet on ollut merkittävässä asemassa perheille, koska sen käyttö on helppoa eikä vaadi paikkaan tai aikaan sitoutumista. Sieltä on etsitty tietoa liittyen monikkoraskauksiin ja lapsivuodeaikaan sekä haettu vertaistukea. Tulevaisuutta ja teknologian kehitystä ajatellen perheet eivät halua asiantuntijoiden tapaamisten siirtyvän internettiin, koska palvelut eivät korvaa ihmisten välistä kohtaamista ja vuorovaikutusta.

Monikkolasten syntymä vaikuttaa taloudelliseen tilanteeseen. Yhteenvetona voidaan sanoa, että lähes kaikki perheet ovat joutuneet järjestelemään tai pohtimaan taloudellista tilannettaan lasten syntyä. Perheitä huolestuttaa pärjääminen myös tulevaisuudessa, kun lasten harraste- ja muut kustannukset kasvavat.

Monikkoperheet kokevat arjen raskaaksi. Etenkin lasten jatkuva sairastelu, eriytmisyys sekä vanhemman riittämättömyyden tunne tekevät arjesta raskaan. Vanhemmat tarvitsevat arkeen myös henkistä tukea, jossa he pääsevät puhumaan erilaisista tunteistaan. Perheet kaipaavat tukea vanhemmuuteen, muutakin kuin pelkästään esitteitä. Jatkuva huoli omasta jaksamisesta, kohdussa olevista vauvoista tai syntyneistä lapsista uuvuttaa vanhempia. Voidaankin sanoa, että tiedollisella, henkisellä ja konkreettisella tuella on merkitystä vanhempien jaksamiseen.

Kaiken kaikkiaan kaikki perheet kokivat yhteiskunnan tuoman tuen erittäin tarpeelliseksi. Tiedollinen tuki lievitti perheiden huolta ja pelkoa tulevasta, sekä rauhoitti arjen keskellä kamppailevia vanhempia, jotka tunsivat itsensä riittämättömiksi. Tiedollistakin tukea tarpeellisemmaksi koettiin lapsiperheiden tukipalveluiden tuottama kotipalvelu, joka tarjosi apua lastenhoitoon ja mahdollisti vanhemmille pienen hengähdystauon arjesta ja mahdollisuuden viettää kahden keskeistä aikaa. Tämä kahdenkeskinen aika koettiin todella tärkeäksi vanhempien henkisen hyvinvoinnin, jaksamisen ja parisuhteen kannalta.

11 POHDINTA

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää monikkoperheiden kokemus saamastaan tuesta. Tutkimustulosten avulla voitiin antaa uusi näkökulma yhdistyksen ja neuvolan toiminnan kehittämiseen. Perheiden oikea-aikainen ja riittävä tukeminen voi auttaa perheitä selviytymään paremmin monikkovanhemmuudestaan ja arjestaan. Erityispiirteiden keskellä eläminen on raskasta koko perheelle, jonka vuoksi tulisi huomioida koko perheen tilanne sekä monikkoraskauden tuoma kuormittavuus. Lapsiperhearki voi olla haastavaa yhden lapsen perheellekin, mutta monikko perheessä tilanteet ovat vähintäänkin kaksinkertaiset. Oikea-aikainen tuki voi ennaltaehkäistä esimerkiksi lastensuojelulta tai muulta erityistuelta, ja sitä kautta säästää myös yhteiskunnan varoja. Voidaankin todeta, että on tärkeää ohjata perheitä hakemaan apua ennen kuin omat voimavarat loppuvat. Tässä korostuukin palveluohjauksen ammattitaito, jotta perheitä osataan ohjata ja tukea oikea aikaisesti, ja oikealla tavalla.

Yhteiskuntamme tukee molempien vanhempien osallistumista pienten lasten elämään muun muassa vanhempainvapailla ja isyysvapailla. Lisäksi eri palveluissa toisen vanhemman roolia ja sen merkitystä korostetaan enemmän kuin aikaisemmin, mutta miksi tutkimuksessa isät kokivat epätasa-arvoa? Etenkin monikkovanhemmuudessa puolison rooli korostuu, koska työtä on vähintäänkin tuplaten. Mielestämme monikkovanhempien tukeminen samantarvoisesti olisi tärkeää koko perheen hyvinvoinnin kannalta. Molempien vanhempien vointia ja ajatuksia sekä jaksamista tulee kartoittaa jo odotusaikana painottaen samalla kummankin vanhemman osallistumisen tärkeydestä perhe elämään. Toista vanhempaa ei saa vähätellä tai sivuuttaa ja olettaa, että äiti tietää lasten asiat paremmin vaan toinenkin vanhempi on yhtä lailla perillä lasten asioista.

Opinnäytetyössä huomioitiin sosiaalihuoltolain muutos, koska uudistuksen jälkeen palvelut tulisi olla tasa-arvoisia ja paremmin saatavilla kaikille lapsiperheille. Sosiaalihuoltolain mukaisiin palveluihin, kuten lapsiperheiden kotipalvelun saantiin vaikuttaa perheen tilanne, mutta esimerkiksi kaksosten syntyminen perheeseen on oikeus kyseiseen palveluun. Kuitenkin tutkimustulosten mukaan palvelua oli verrattain vaikea saada. Kotipalvelun tuki ja apu on tärkeä palvelu monikkoperheille. Kotipalvelua tarvitaan etenkin synnytyksen jälkeen, ennen kuin lasten vuorokausirytmit ovat kohdallaan. Tulisiko kotipalveluun lisätä resursseja, jotta perheiden tarvitsemat palvelut olisi paremmin kaikkien saatavilla vai tulisiko neuvolan tai muun tahon ohjata perheitä ottamaan yhteyttä kyseisen palvelun tuottajaan? Kotipalvelun perhetyöntekijöiden ammattitaito on tärkeässä asemassa monikkoperheiden tukemisessa.

Monikkoperheiden vanhemmat saivat mahdollisuuden kertoa omista kokemuksistaan ja sitä kautta vaikuttaa Savon Monikkoperheet Ry:n toimintaan. Vertaistuki on tärkeää perheille, erityisesti niille joilla ei ole läheisiä lähellä. Vertaistuen avulla perheet ovat voineet vaihtaa kokemuksiaan ja antaa tukea toisille monikkoperheille. Useamman lapsen syntyminen perheeseen on aivan uusi kokemus, vaikka perheessä olisi jo entuudestaan lapsia. Saman kokemuksen läpi käyminen toisen ihmisen kanssa on merkityksellistä monikkovanhemmille. Kuten jo aiemmin kävi ilmi, perheet kaipaavat enemmän tietoa odotusajasta sekä tulevasta arjesta. Yhdistyksen tulisikin järjestää enemmän ver-

taistapaamisia monikkoperheille. Tapaamisia tulisi järjestää niin odotusaikana kuin lasten synnyttyä. Vertaistapaamisissa perheet voivat vaihtaa kokemuksiaan ja kysyä mieltä askarruttavista asioista. Vertaistapaamisten lisääminen tukee perheiden hyvinvointia, koska silloin kokemustieto vaihtuu. Tapaaminen vertaisryhmän kanssa on huomattavasti tehokkaampi vertaistuen muoto, kuin esimerkiksi internetin keskustelupalstoilla saatu vertaistuki, vaikkakin internet on nykypäivänä varsin yleinen ja hyväksi havaittu kanava kyseisten palveluiden tuottamiseen.

Webropol-kyselyn huonon vastausprosentin jälkeen jäimme pohtimaan, miksi kaikki perheet eivät ole vertaistuen piirissä ja miksi tuen piirissä olevilla perheillä ei ole halua kehittää tukea tarjoavien instanssien toimintaa? Ovatko perheiden voimavarat loppu? Onko perheille samantekevää, miten tulevat monikkoperheet selviävät vastaavista tilanteista? Halutaanko tulevia monikkoperheitä auttaa, koska omalla kohdalla tuki oli puutteellista? Tulisiko perheitä ohjata enemmän liittymään yhdistykseen, jotta kaikilla olisi mahdollista saada vertaistukea? Yhteistyötä on lisätty neuvolan ja yhdistyksen välillä, mutta sitä voitaisiin lisätä enemmän. Neuvola on tärkeä tiedottamiskanava yhdistyksen toiminnasta perheiden ja yhdistyksen välillä, jotta perheet olisivat tietoisia yhdistyksen tukipalveluista silloin kun he niitä tarvitsevat. Mietimme myös, onko perheillä suvussa esimerkiksi kaksosia, jonka vuoksi perheet eivät koe tarpeelliseksi liittyä yhdistykseen vai onko kyse yhdistyksen palveluiden tietämättömyydestä tai vanhempien voimavarojen rajallisuudesta uusien ihmissuhteiden luomiseen? Perheet eivät välttämättä tiedä Savon Monikkoperheet Ry:stä, jolloin tieto ei tavoita perheitä. Lähipiirin tuoma vertaistuki voi olla perheelle riittävää, jolloin he eivät koe tarpeelliseksi liittyä yhdistykseen.

Tutkimustulokset osoittivat, että monikkoperheiden voimavarat ovat koetuksella arjen haasteissa. Tämä voi olla yksi merkittävimmistä tekijöistä siihen, ettei tukitoimintojen kehittämiseksi saada kokemuspohjaisia kehitysideoita. Raskaan arjen keskellä vanhemmilla ei ehkä ole enää voimia tai aikaa pysähtyä analysoimaan saamaansa tukea, tai sen puutteita saati viemään kehitysideoita eteenpäin.

Neuvoloiden henkilökunta ei välttämättä ole tarpeeksi tietoinen monikkoperheiden kokemuksista, eivätkä näin ollen osaa tukea riittävästi tai antaa oikeanlaista tietoa monikkoraskauteen sekä vanhemmuuteen liittyen. Opinnäytetyön tuloksilla voidaan myös auttaa neuvoloita kehittämään palveluitaan. Neuvolan henkilökunnan tulisi tukea riittävästi ja oikea-aikaisesti monikkoperheitä. Perheen kokonaistilanne tulisi ottaa huomioon monikkoperheitä kohdattaessa. Koko yhteiskunta hyötyy asiiantuntijoiden ammatillisesta osaamisesta. Neuvolan työntekijöiden koulutuksessa tulisi ottaa huomioon myös monikkoperheiden erikoistuen tarve, vaikkakin monikkoperheiden osuus on varsin pieni. Tämä erityisryhmä näyttää kuitenkin suurta osaa perheistä, jotka tukea tarvitsevat. Näin ollen tämän verrattain pienen, poikkeavaa tukea vaativan ryhmän vaatimuksien huomioon ottamisella neuvolahenkilöstön koulutuksessa ja ohjeistuksessa aikaansaadaan huomattava parannus kunnallisen palvelun tuottamiseen.

Palveluohjauksessa monikkoperheiden ohjaus ja tukeminen tulee työelämässä näkymään heidän ohjaamisella oikean tuen ja avun piiriin. Monikkoperheet voivat tulevaisuudessa olla asiakkaana meillä molemmilla niin varhaiskasvatuksen kuin palveluohjauksen työelämän konteksteissa. Varhaiskasva-

tuksessa asiakkaana voi olla monikkoperhe. Opinnäytetyön kautta saatiin tietoa monikkoperheisiin liittyen, joten tiedostamme perheen haastavan arjen ja pystymme paremmin tukemaan perhettä arjen keskellä. Opinnäytetyön avulla syvennyttiin myös kaksosten yksilöllisyyden tukemiseen sekä varhaiseen vuorovaikutuksen tukemiseen, jotka tulee ottaa huomioon varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyön tekemisestä saatiin kokemusta ja tietoa monikkoperheiden tukemisen merkittävydestä.

Opinnäytetyö oli oppimisprosessi, jossa kehittyttiin tutkijoina. Erilaisiin tutkimusmenetelmiin ja -tapoihin perehdyttiin sekä opittiin etsimään teoriapohjaista tietoa monipuolisesti eri lähteistä. Tämä auttaa jatkossa tutkimusten teossa ja antaa uutta näkökulmaa tutkimuksia lukiessa. Työ oli kummallekin ensimmäinen tutkimustyö. Opinnäytetyön prosessi on ollut pitkä ja raskas, mutta hyvin opettavainen. Työstä on välillä kadonnut ”punainen lanka”, jolloin apua on antanut työpari tai joku muu tutkimuksen ulkopuolinen henkilö, artikkeli tai vastaava, josta on saanut uutta näkökulmaa tutkimukseen. Tutkimuspariin on voinut luottaa ja saada kannustusta, jos oma jaksaminen on ollut koe-tuksella eikä tutkimus ole sen vuoksi edennyt.

11.1 Opinnäytetyön prosessi

Opinnäytetyö aloitettiin syksyllä 2016 työsuunnitelman laadinnalla. Toimeksiantajaksi valikoitui tammikuussa 2017 Savon Monikkoperheet Ry, joka koki tutkimuksen aiheen tärkeäksi kehitettäessä monikkoperheiden tukipalveluita. Toimeksiantajan kanssa rajattiin tutkimuskohde ja näkökohtaa sekä tutkimuksen nyansseja hiottiin vastaamaan mahdollisimman hyvin ja monipuolisesti monikkoperheiden tarpeita. Yhteistyössä toimeksiantajan kanssa määritettiin opinnäytetyön tavoitteet vastaamaan monikkoperheiden nykypäivän tarpeita. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuoda esille puutteet monikkoperheiden palveluista.

Suuri vaikutus opinnäytetyön valmistumiseen oli Savon Monikkoperheet Ry:llä, jolla oli suuri tahtotila selvittää ja kehittää toimintaa monikkoperheiden arjen tukemisessa. Savon Monikkoperheet Ry:n ollessa yksi keskeisimmistä toimijoista alueen monikkoraskauksien ja perheiden arjen tukijana, heiltä saatiin riittävän laaja aineisto luotettavan tutkimustuloksen tuottamiseen. Haasteita opinnäytetyön tekemiseen toi tekijöiden oman ajankäytön rajallisuus.

Opinnäytetyössä edettiin suunnitelman mukaisesti sille asetettujen tavoitteiden saavuttamiseksi. Opinnäytetyö eteni suunnitellun aikataulun mukaisesti ja tutkimustulokset sekä kehitysideat pystyttiin luovuttamaan toimeksiantajalle alkuperäisen aikataulun mukaisesti. Lisäksi opinnäytetyön tutkimustuloksista tehdään pieni artikkeli Suomen monikkoperheet Ry:n lehteen.

11.2 Jatkotutkimusaiheet ja tulosten hyödyntäminen

Opinnäytetyön tutkimustuloksia voidaan hyödyntää kehittämällä monikkoperheiden vertaistukea monipuolisemmaksi ja useammin järjestettäväksi toiminnaksi. Vertaistuen toimintaa tulisi järjestää monikkoperheiden eri elämänvaiheissa, kuten odotusaikana, lapsivuodeaikana ja taapero aikana. Lisäksi tulisi järjestää toiselle vanhemmalle (ei raskaana oleville) suunnattua vertaistoimintaa.

Tuloksia voidaan hyödyntää Savon Monikkoperheet Ry:n ja neuvolan väliseen yhteistyöhön. Lisäksi tutkimuksesta on hyötyä neuvolan omaan työskentelyyn ja koulutukseen. Työtä voidaan hyödyntää myös lapsiperheiden kotipalvelun perhetyön tarjoamiseen sekä toiminnan kehittämiseen. Lapsiperheiden kotipalvelusta tulee tiedottaa perheille enemmän sekä lisätä toimintaan resursseja, jotta kaikilla perheillä olisi mahdollista saada, ja perheet osaisivat hyödyntää kyseistä palvelua. Perhetyöntekijät ovat avainasemassa monikkoperheiden tukemisessa, koska perhetyöntekijät työskentelevät usein perheen kotona, lähellä perhettä. He pystyvät tukemaan vuorovaikutussuhteen rakentumista lasten ja vanhempien välillä sekä olemaan monipuolisesti perheen tukena.

Tutkimustuloksista havaittiin, että monikkoperheille tarkoitetulla oppaalla olisi tarvetta. Oppaasta tulisi käydä ilmi monikkoperheiden palvelut, etuudet sekä mistä hakea apua. Tutkimustulosten mukaan perheet kaipaavat opasta, jossa kaikki olisi selkeästi kerrottu. Vanhempien voimavarojen ollessa lopussa, puhelinnumeroiden etsiminen tai avun pyytäminen voi olla vaikeaa.

Opinnäytetyöstä saisi tehtyä monta jatkotutkimusta. Mielenkiintoista olisi esimerkiksi tutkia, miksi kaikki monikkoperheet eivät ohjaudu vertaistuen piiriin? Vaikuttaako vanhempien hyvinvointi tai jakaminen vertaistukeen osallistumiseen? Kuitenkin tässä tutkimuksessa vertaistuki on koettu todella tärkeäksi. Tutkimuksessa nousi esille myös neuvolan työntekijöiden riittämätön osaaminen monikkoperheitä kohdattaessa. Aihetta voisi tutkia lisää, mikä on työntekijöiden osaaminen monikkoperheitä kohdattaessa ja millaista koulutusta tulisi lisätä työntekijöiden ammattitaidon takaamiseksi. Lisäksi olisi mielenkiintoista tutkia, miten Sote-uudistus vaikuttaa monikkoperheiden palveluihin.

Monikkoraskauteen liittyvää tiedollista tukemista voisi tutkia; kuinka tiedollinen tukeminen vaikuttaa vanhemmuuteen, varhaiseen vuorovaikutukseen ja kiintymyssuhteen rakentumiseen? Mielenkiintoista olisi tutkia myös lasten yksilöllisyyden tukemista, kuinka vanhemmat tukevat lapsia sekä kuinka vanhemmille ohjataan yksilöllisyyden tukemisen tärkeydestä.

LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT

- BOLCH, Christie E., DAVIS, Peter G., UMSTAD, Mark P. ja FISHER, Jane R. W. 2012. Multiple Birth Families With Children With Special Needs: A Qualitative Investigation of Mothers' Experiences [verkkoartikkeli]. Cambridge University Press. [Viitattu 2016-12-07.] Saatavissa: <https://www.cambridge.org/core/journals/twin-research-and-human-genetics/article/multiple-birth-families-with-children-with-special-needs-a-qualitative-investigation-of-mothers-experiences/F207764481E9D48510A87E0EF267ED40>
- HAUTALA, Satu ja VAAKANAINEN, Vilma 2012. Yhdessä ja erikseen. Näin tuen alle kouluikäisen kakso- ja kolmoslapsen kasvua. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 2017-10-14.] Saatavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/48778/Hautala_Vaakanainen.pdf?sequence=1&isAllOwed=y
- HEIKKILÄ, Katariina 2016-11-24. Tilastokeskus. Väestötilastot [sähköpostiviesti]. Vastaanottaja Heidi Asikainen. [Tulostettu 2016-11-26.]
- HEINONEN, Kristiina 2013. Monikkoperheen elämismaailma varuillaan olosta vanhemmuuden vahvistumiseen. Fenomenologis-hermeneuttinen tutkimus. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto. Terveystieteiden tiedekunta. Väitöskirja. [Viitattu 2016-10-28.] Saatavissa: http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-1087-5/urn_isbn_978-952-61-1087-5.pdf
- HERMANSON, Elina 2012. Erilaiset temperamentit. Itsetunto syntyy hyväksytyksi tulemisen tunteesta [verkkojulkaisu]. Duodecim. Kotineuvola. [Viitattu 2017-09-29.] Saatavilla: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=kot00303
- HIETALA, Outi ja RISSANEN, Päivi 2015. Opas kokemusasiantuntijatoiminnasta. Kuntoutussäätö ja Mielenterveyden keskusliitto. Helsinki: Unigrafia Oy.
- HIRSJÄRVI, Sirkka, REMES, Pirkko ja SAJAVAARA, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. 15.uudistettu painos. Helsinki: Tammi
- HUUSKONEN, Päivi 2010. Vertaistukea verkossa [verkkojulkaisu]. Toimitus Tanja Laatikainen. Vertaistoiminta kannattaa. Solver palvelut Oy. [Viitattu 2017-09-14.] Saatavissa: http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf
- HYVÄ ALKU-HANKE. Hyvä alkua monikkovanhemmuuteen (HYVÄ ALKU) – hankkeen 2009- 2012 loppuraportti 25.4.2012. Kaihovaara Mari, Karhumäki Aune ja Kumpula Ulla. Saatavissa: http://www.suomenmonikkoperheet.fi/files/HYVAe-ALKU_loppuraportti_valmis_muok.25.4.2012.pdf
- HYVÄLUOMA, Johanna 2010. Moninkertaisia onnenhetkiä ja arjen haasteita. Monikkoperheiden vanhempien kokemuksia perheen hyvinvoinnista. Jyväskylä: Picaset Oy
- HYVÄLUOMA, Johanna ja KARHUMÄKI, Aune 2010. Perhepiirissä. Helsinki: Kelan tutkimusosasto.
- HÄMEEN-ANTTILA, Lotta 2015. Kuntainfo [verkkojulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2017-09-20.] Saatavissa: <http://stm.fi/documents/1271139/1427058/sosiaalihuoltolaki.pdf/b37fa129-049b-479c-a27f-b459e41b3b42>
- JYRKÄMÄ, Oili 2010. Vertaistukiryhmä käyntiin [verkkojulkaisu]. Toimitus Tanja Laatikainen. Vertaistoiminta kannattaa. Solver palvelut Oy. [Viitattu 2017-09-13.] Saatavissa: http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf
- JYRKÄMÄ, Oili ja HUUSKONEN, Päivi 2010. Ammatilliset vertaistoiminnan tukena [verkkojulkaisu]. Toimitus Tanja Laatikainen. Vertaistoiminta kannattaa. Solver palvelut Oy. [Viitattu 2017-09-13.] Saatavissa: http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf
- KALLIOMAA, Susa, KOSKINEN, Katja, HAKULINEN-VIITANEN, Tuovi, KARHUMÄKI, Aune, TÖRRÖNEN, Hannele, OULASMAA, Minna, KUMPULA, Ulla, MATALA, Tiina, MÄKIKALLIO, Kaarin, MOILANEN, Irma, HASTRUP, Arja, MÄKELÄ, Jukka, PAAVONEN, Juulia, LAIMIO, Anne, HEINONEN, Kristiina

- ja KORJA, Riikka s.a. Meille tulee vauvat. Opas monikkovauvojen odotukseen ja hoitoon [verkko-opas]. Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos. [Viitattu 2017-09-27.] Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126125/URN_ISBN_978-952-245-411-9.pdf?sequence=1
- KALLIO, Tiia, MÄKI, Elina ja SULKULA, Sanna 2015. Monikkoperheiden arjen tukeminen. Moninkertaisesti iloa ja haasteita. Saimaan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 2017-10-14.] Saatavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/97991/kallio_tia_maki_elina_sulkula_sanna.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- KARHUMÄKI, Aune 2009. Lapsiperheiden hyvinvointi. Monikkoperheiden hyvinvoinnin tukeminen. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinninlaitos
- KELA 2017. Monikkoperheen etuudet [verkkosivu]. Kansaneläkelaitos. [Viitattu 2017-09-15.] Saatavissa: <http://www.kela.fi/monikkoperhe>
- KELTIKANGAS-JÄRVINEN, Liisa 2015. Temperamentti – ihmisen yksilöllisyys. Viides painos. Painettu EU:ssa. WSOY
- KUMPULA, Ulla 2010. Yhdessä ja erikseen. Näin tuen alle kouluikäisen kaksos- ja kolmoslapsen kasvua. Jyväskylä: Suomen Monikkoperheet Ry
- KUMPULA, Ulla 2012. Monikkolapsi menee päivähoitoon [verkkojulkaisu]. Väestöliitto. [Viitattu 2017-10-14.] Saatavissa: <https://www.perheikka.fi/jutut/lapsi-perheessa/arki-kuntoon/monikkolapsi-menee-paivahoitoon/>
- KUOPION KAUPUNKI. Lapsiperhepalvelun myöntämiskriteerit ja asiakasmaksut 1.6.2015 alkaen [verkkojulkaisu]. Kuopion kaupunki. [Viitattu 2017-09-15.] Saatavissa: https://www.kuopio.fi/c/document_library/get_file?uuid=cf8d854a-3534-4656-a87f-4090399ba329&groupId=12153
- KVANTIMOTV 2010. Aineistotyytit [verkkosivu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. [Viitattu 2017-09-07.] Saatavissa: <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/tutkimus/aineistotyytit.html#ensikaytto>
- KVANTIMOTV 2016. Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. [Viitattu 2017-09-21.] Saatavissa: <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>
- KÄRNÄ, Menna 2006. Monikkoperheiden vertaistuki. Kuopio: Kuopion yliopisto, yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Pro gradu. Kuopion yliopiston kirjasto.
- LAAJASALO, Taina ja SALMI, Silja 2013. Kun kolmesta tulee neljä. Jyväskylä: Atena Kustannus Oy
- LAIMIO, Anne ja KARNELL, Sonja 2010. Vertaistoiminta – kokemuksellista vuorovaikutusta [verkkojulkaisu]. Toimitus Tanja Laatikainen. Vertaistoiminta kannattaa. Solver palvelut Oy. [Viitattu 2017-09-13.] Saatavissa: http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf
- LAKI SOSIAALIHUOLLOSTA. L 1301/2014. Finlex. Lainsäädäntö. [Viitattu 2016-12-12.] Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>
- LAKI TERVEYDENHUOLLOSTA. L 2010/1326. Finlex. Lainsäädäntö. [Viitattu 2016-12-12.] Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326>
- LAUNONEN, Kaisa 2007. Vuorovaikutus. Kehitys, riskit ja tukeminen kuntoutuksen keinoin. Helsinki: Kehitysvammaliitto
- MANNINEN, Hanna 2003. Kilpailu äidin rakkaudesta - kaksoset ja varhainen vuorovaikutus. Julkaisu-sa: NIEMELÄ, Pirkko, SILTALA, Pirkko ja TAMMINEN, Tuula (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuoro-vaikutus. JUVA: Wsoy 125-150
- MOILANEN, Irma 2007. Sylintäydeltä elämää-arki kaksosten ja kolmosten kanssa. Väestöliitto. Helsinki: Väestöliitto

- MOILANEN, Irma 2014-09-04. Monikkoperheet, kaksoset ja kolmoset, kasvatus ja yksilöllisyyden tukeminen [internet luento]. Väestöliitto. [Viitattu 2017-09-29.] Saatavissa: <https://www.perheaikaa.fi/nettiluennot/lapsi-tulossa/luento:2049/>
- NIKKILÄ-KIIPULA, Eeva 2017. Tieto kulkee usein perheeltä toiselle. Savon Sanomat 12.9.2017.
- NYLUND, Marianne 2005. Vapaaehtoistoiminta anti, arvot ja osallisuus. Toimittanut Anne Birgitta Yeung. Tampere: Vastapaino
- PELKONEN, Marjaana ja HASTRUP, Arja 2017. Matalan kynnyksen palvelujen verkostoiminen: Perhekeskustoimintamalli [verkkajulkaisu]. Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 2017-09-09.] Saatavissa: <https://verkkajulkaisut.valtioneuvosto.fi/stm/zine/19/cover>
- ROTKIRCH, Anna 2014. Yhdessä. Lapsen kasvatus ei ole yksilölaji. Helsinki: WSOY
- SAARANEN-KAUPPINEN, Anita ja PUUSNIEKKA, Anna 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkajulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. [Viitattu 2017-09-08.] Saatavissa: <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>
- SAVON MONIKKOPERHEET RY 2016a. Savon Monikkoperheet Ry [verkkosivut]. Suomen Monikkoperheet Ry. [Viitattu 2017-07-17.] Saatavissa: <http://www.suomenmonikkoperheet.fi/ry/savon-monikkoperheet-ry/>
- SAVON MONIKKOPERHEET RY 2016b. Perhevalmennus [verkkosivut]. Suomen Monikkoperheet Ry. [Viitattu 2017-04-20.] Saatavissa: <http://www.suomenmonikkoperheet.fi/ry/savon-monikkoperheet-ry/toiminta/perhevalmennus/>
- SIRVIÖ, Johanna ja TUONONEN, Tiina 2012. Moninkertainen ilo. Opas vanhemmille monikkoraskaudesta ja arjesta pienokaisten kanssa. Savonia Ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. Opin näytetyö. [Viitattu 13.10.2017.] Saatavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/52688/Sirvio_Johanna.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- SUOMEN MONIKKOPERHEYHDISTYS Ry s.a. <http://www.suomenmonikkoperheet.fi/monikkotietoa/>
- SUOMEN MONIKKOPERHEET RY 2016. Suomen Monikkoperheet Ry:n strategia vuosille 2017-2020. Julkaistu 29.10.2016 [verkkajulkaisu]. Suomen Monikkoperheet. [Viitattu 2017-07-18.] Saatavissa: http://www.suomenmonikkoperheet.fi/files/Strategia2017-2020_suomenmonikkoperheet_vuosikokouksessa-hyvaksytyy_29.10.2016.pdf
- SUOMEN MONIKKOPERHEET RY [verkkosivut]. Suomen Monikkoperheet Ry. [Viitattu 2017-07-17.] Saatavissa: <http://www.suomenmonikkoperheet.fi>
- TASKINEN, Satu 2017. Vertaistuki verkossa. Kuinka internet-välitteistä tukea käytetään? Itä-Suomen yliopisto. Yhteiskuntatieteiden laitos. Sosiologia. Pro gradu-tutkielma. [Viitattu 2017-09-14.] Saatavissa: http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20170840/urn_nbn_fi_uef-20170840.pdf
- TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS 2015. Perinataalitalasto – synnyttäjät, synnytykset ja vastasyntyneet 2014. Suomen virallinen tilasto. Terveys 2015. Tilanneraportti. [Viitattu 2016-11-15.] Saatavissa: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126971/Tr19_15.pdf?sequence=5
- TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS 2016. Perinataalitalasto – synnyttäjät, synnytykset ja vastasyntyneet 2015. Suomen virallinen tilasto. Terveys 2016. Tilastoraportti. [Viitattu 2017-05-13.] Saatavissa: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131259/Tr_16_2016.pdf?sequence=1
- TUOMI, Jouni ja SARAJÄRVI, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi
- TRIAS, Tuulikki 2006. Inter-twin and parent-twin relationships and mental health. Oulun yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta. Väitöskirja. Julkaisusarja ISBN 951-42-8216-7.
- VAHTIVAARA, Julia-Maarie 2010. Kokemustieto – vertaistuesta vaikuttamiseen [verkkajulkaisu]. Toimitus Tanja Laatikainen. Vertaistoiminta kannattaa. Solver palvelut Oy. [Viitattu 2017-09-13.] Saatavissa: http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf

VALTIONEUVOSTON ASETUS NEUVOLATOIMINNASTA, KOULU- JA OPISKELUTERVEYDENHUOLLOSTA SEKÄ LASTEN JA NUORTEN EHKÄISEVÄSTÄ SUUN TERVEYDENHUOLLOSTA. A 338/2011. Finlex. [Viitattu 2016-11-15.] Saatavissa:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2011/20110338?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=338%2F2011>

VILKKA, Hanna 2007. Tutki ja mittaa [verkkokirja]. KustannusosakeyhtiöTammi. [Viitattu 2017-09-07.] Saatavissa: <http://hanna.vilkka.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-ja-mittaa.pdf>

VÄÄTÄINEN, Tuula 2011. Kirjallinen kysymys 1364/2010 vp. Monikkoperheiden erityisosaamista vaativan perhevalmennuksen saatavuus [verkkajulkaisu]. Eduskunta. [Viitattu 2016-11-24.] Saatavissa: <https://www.eduskunta.fi/FI/vaski/sivut/trip.aspx?triptype=ValtiopaivaAsiakirjat&docid=kk+1364/2010>

WILLBERG, Eva 2009. Laadullisen aineiston luotettavuus [verkkajulkaisu]. Kasvatustieteiden laitos. [Viitattu 2016-11-20.] Saatavissa: <https://www.jyu.fi/edu/laitokset/eri/opiskelu/opiskelu-info/prosem/laadullinen>

LIITE 1. Teemahaastattelun runko.

- Perustiedot perheestä, (perheen koko, syntymävuodet,)
 - Tiesittekö mahdollisuuden monikkoraskauteen
 - Millaisia tunteita/ajatuksia monikkoraskaus teissä herätti
 - Tuettiinko erilaisissa tunteissa.

Monikko tieto ja tuki

- o Kuinka raskausaikana tuettiin monikkoraskauteen? esim. kerrottiinko monikkoraskaudesta, tulevasta arjesta tms.
- o Mistä saitte tietoa, ja olisitteko kaivanneet enemmän tietoa ja tukea?
- o Koetteko, että olisitte tarvinneet jotain erilaista tukea tai palvelua, koska olette monikkoperhe vrt. yhden lapsen raskaus/-perhe.

Monikkovanhemmuus (Vanhemmuuden tukeminen)

- o Millaiseksi koet tukiverkostosi? Saatko tukea ja apua tarvittaessa
- o Onko teillä ollut huolia omasta jaksamisesta vanhempana monikkolasten synnyttyä? Oletteko hakenneet siihen apua? Mistä ja Mitä?
- o Oletko saanut puhua tuntemuksistasi neuvolassa tai jossain muualla, missä? Kuinka koet, että sinua on kuunneltu, mikäli olet tuntemuksiasi tuonut ilmi?
- o Onko monikkoarki vaikuttanut parisuhteeseen? Olisitteko kaivanneet lisää tukea myös parisuhteelle?
- o Tuettiinko vanhempia yhdessä vai erikseen? Olivatko molemmat vanhemmat mukana raskauden ajan seurannoissa? Entä mahdolliset sisarukset?

Palvelut ja tuki

- o Onko monikkolapset/vanhemmuus tuonut taloudellisia huolia?
- o Oletteko saaneet tarpeeksi tietoa kaikista tuista ja palveluista?
- o Millaista tukea olette saaneet,
- o Millaiseksi koitte saamanne tuen?
- o Oletteko tietoinen lapsiperheiden kotipalvelusta, mitä tiedätte tai ajattelette sen olevan. Onko teille kerrottu/ohjattu ottamaan yhteyttä ko. palveluun. Kuka? (neuvola, yhdistys joku muu)
- o Kuinka koet, että yhteistyö eri tahojen välillä toimii? (esim. neuvola, äitipoli (raskausaikana), yhdistys, kotipalvelu....)
- o Miten mielestänne voisi kehittää nykyisiä palveluita kuten neuvolan toimintaa tai monikkoyhdistyksen toimintaa?

Vertaistuki

- o Onko teillä ollut mahdollisuus vertaistukeen?
- o Missä ja kuinka tärkeäksi olette kokeneet sen?
- o

Digipalvelut (eli vuorovaikutus verkon välityksellä)

- o Oletteko tietoisia digipalveluista, esimerkiksi perheaikaa digipalvelun keskusteluista.
- o Onko teitä ohjattu digipalveluihin
- o Mitä mieltä olette internetin välityksellä saadusta palvelusta, tulisiko palveluita lisätä enemmän nettiin?

- Mitä muuta haluatte vielä kertoa?

LIITE 2. Saatekirje webropol-kyselyyn.

Hyvä Vastaanottoja

Opiskelemme Savonian Ammattikorkeakoulussa Sosiaali- ja terveysalalla Sosionomeiksi. Teemme opin-
näytetyönä laadullisen tutkimuksen, joka tutkii monikkoperheiden kokemuksia. Kysely on tarkoitettu per-
heille, joihin on syntynyt monikkolapsia vuonna 2014 tai sen jälkeen. Tutkimus toteutetaan Webropol –
kyselyllä. Opinnäytetyön toimeksiantaja on Savon Monikkoperheet Ry.

Vastaamalla kyselyyn pystyt vaikuttamaan ja olemaan mukana kehittämässä Monikkoperheiden palvelu-
ja. Kyselytutkimuksen tavoitteena on selvittää, mistä ja millaista tukea olette perheeseenne saaneet ja
miten olette tuen kokeneet. Osallistuminen kyselyyn on vapaaehtoista. Antamanne vastaukset käsitel-
lään anonyymeinä ja ehdottoman luottamuksellisesti. Kenenkään vastaajan tiedot eivät paljastu tutki-
muksen missään vaiheessa.

Kyselyyn vastaaminen vie aikaa noin 10 minuuttia ja vastausaikaa teillä on huhtikuun loppuun saakka
(30.4.2017). Kyselyn vastaukset hyödynnetään opinnäytetyön tutkimustuloksissa. Opinnäytetyön valmis-
tuttua (12/2017), tutkimus on kokonaisuudessaan luettavissa internetissä osoitteessa: www.theseus.fi.

Jos teillä on ongelmia vastaamisessa tai jotain kysyttävää kyselyyn liittyen, olethan yhteydessä: anni.kemppainen@edu.savonia.fi tai heidi.asikainen@edu.savonia.fi

Kiitos jo etukäteen vaivannäöstä ja kyselyyn vastaamisesta.

Ystävällisin terveisin Sosionomiopiskelijat,
Anni Kemppainen ja Heidi Asikainen

Linkki kyselyyn:

<https://www.webropol-surveys.com/S/0D2AEAB369B9D482.par>

LIITE 3. Kutsu haastatteluun.

Hyvä Vastaanottaja

Opiskelemme Savonian Ammattikorkeakoulussa Sosiaali- ja terveysalalla Sosionomeiksi. Teemme opin-
näytetyönä Savon Monikkoperheet ry:lle laadullisen tutkimuksen, joka tutkii monikkoperheiden koke-
muksia. Olemme keränneet tutkimusaineistoa Webropol kyselyllä, mutta haluaisimme syventää tutkimus-
ta ja haluaisimme haastatella monikkovanhempaa/vanhempia, joille on syntynyt kaksoset vuoden 2014
jälkeen. Tarvittaessa haastattelun aikana toinen meistä opiskelijoista voi hoitaa lapsia. Haastattelun ta-
voitteena on selvittää, mistä ja millaista tukea olette perheeseenne saaneet ja miten olette tuen koke-
neet.

Jos kiinnostuit haastattelusta ja voimme haastatella Teitä opinnäytetyön tutkimusta varten, otathan yh-
teyttä:

Anni Kempainen: anni.kempainen@edu.savonia.fi

Heidi Asikainen: heidi.asikainen@edu.savonia.fi

LIITE 4. Litteroitua haastatteluaineistoa.

Haastattelija: Joo, okei.. Tuota tiesittekö te mahdollisuuden tähän monikkoraskauteen, onko esimerkiksi suvussa tai

Vastaaja: Kyllä me oikeestaan tiettiin että mun äiti se on kaksonen ja.. äitin sisaria on myös kaksosia ja oli siis sillai tiedossa että voin oottaa kaksosia että siis oli sillai tiedossa mutta siinä ultrassa siinä 12 viikon ultrassa se sitte näky siinä ekassa ultrassa että kyllähän se oli kuiteskii sellanen sokki tavallaan se että tuleekin nyt kaks vauvaa kerrallaan että huhhuh..

Haastattelija: Tuota, herättikö se mittään muunlaisia tunteita tai ajatuksia sitte vai oliko se sellainen alkusokki

Vastaaja: Kyllähän se aika paljon sitte kumminkin sitte kaikki vaikka mä joskus ite toivoinkin kaksosia.. en tiedä miksi, mutta.. mutta kyllähän siinä vaihteli ne tunteet ihan laiaista laitaan mutta ehkä itellä oli enemmän niinku sitä onnellisuutta mukana mutta miehellä sillai sillä oli sit niin iso pala ja kova pala että kaks vauvaa ja sillai se että..

Haastattelija: Huomioitiinko sitä sitten siinä ultrassa tai sen jälkeen?

Vastaaja: Siis neuvolassa?

Haastattelija: Niin, tuettiin niihin erilaisiin tunteisiin mitenkään?

Vastaaja: No mun mielestä ihan hirveen vähän että mä oisin niinku ite ehkä enemmän me oltaisiin kaivattukin semmosta justinsa tunteiden käsittelyä sitä että sillai me aika yksin oltiin niitten tunteitten kanssa että sillo ei vielä kuuluttu tohon yhistyksenkään silloin ku aateltiin että raskaus on vasta niin alussa että sitä ei uskaltanu liittyä että jos mennee kesken sillai ku muutenkin on riskiraskaus että ku on kaksoset ja sillai me ei siihenkään haluttu niinkö liittyä sitä ennen ennen ku ne on syntyne sitte sillai että aika yksin sitä oli niitten tunteiden kans että.. No kyllä ne aina sillo ku sillo ku oli neuvola käynti.. niin kyllä ne kysy että minkälaiset tuntemukset mutta.. aika semmosta pintapuolista ja enemmän ne huomioi niinku mua ja vähemmälle huomiolle niinku mies jäi että vielä enemmän mies ois sitä kaivannu ku sille se oli jotenki niin iso pala ja kova pala ja sit se vaikutti koko siihen raskauteen tai sillai et mulla oli sit henkisesti aika raskasta ja fyysisestikin se raskaus että mulla oli kauheesti niitä kipuja ja pahoinvointia sillai et mä synnytyssalissa oksensin viimeksen kerran että mä.. se kesti niinku ihan läpi raskauden se pahoinvointi..

Haastattelija: Kyllä.. Kuinka sitten raskaus aikana tuettiin siihen monikkoraskauteen, kerrottiinko tästä monikkoraskaus ajasta tai tulevasta arjesta tai jostakin?

Vastaaja: No jonkun kerran joo.. Mä en hirmu tarkkaan sillai muista että.. Sitä ku oli tosiaan niin väsyne ja kippee ja sillai.. sillai sumussa siinä, en hirmu tarkkaan muista.. Esitteitä tietty sai.. mutta vähän sain neuvolasta että siellä ei monikkoraskautta sillai tuettu että sitte ku oli se kysin valmennus sillai, että se oli.. se oli tosi hyvä että ku siellä on yhistyksen niitä henkilöitä kertomassa monikkoarjesta ja mä oon nyt niinku semmonen monikkovalmentaja että mä oon nyt se joka kertoo siellä siitä monikkoarjesta.. Miten sulla menikään se kysymys?

Haastattelija: Niin että kerrottiinko monikkoraskaudesta tai tulevasta arjesta?

Vastaaja: Ei oikeestaan muuten ku siellä valmennuksessa sitte sai vapaasti kysyä ja.. ja mä oon niinku sellanen että mä netissä istun ja sieltä sitte hakkiin sitä tietoo ja lukkiin menemään..

LIITE 5. Webropol -kysely.



Monikkoperheiden kokemuksia

1. Kyselyyn vastaava monikkolasten huoltaja *

Huoltaja 1: On ollut raskaana tai odottaa lapsia,

Huoltaja 2: Ei ole ollut raskaana, perheen toinen vanhempi

- Huoltaja 1
- Huoltaja 2
- En halua kertoa

2. Minä vuonna monikkolapsesi ovat syntyneet? *

3. Onko perheessänne muita lapsia? Kuinka monta?

- Kyllä
- _____
- Ei
- En tahdo kertoa

4. Tiesittekö mahdollisuudesta monikkoraskauteen ennen raskautta?

Esim. esiintyykö teillä suvussa monikkoraskauksia? *

- En
- Kyllä
- _____

5. Mistä sait tietoa monikkoraskauteen liittyen? *

	En saanut tietoa	Sain vähän tietoa	En osaa sanoa	Sain tietoa	Sain paljon tietoa
Neuvola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Äitiyspoliklinikka	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Savon monikkoperheet ry	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Perhe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ystävät	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Some	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Internet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Muu, mistä? _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. Mistä saatu tieto oli merkityksellisin? *

- Neuvola
- Äitiyspoliklinikka
- Savon monikkoperheet ry
- Some
- Internet
- Perhe
- Ystävät
- Muu, mistä?

7. Kerrottiinko monikkoraskaudesta ja odotusajasta tarkemmin? *

- Kyllä
- Ei

8. Mistä olisitte halunnut saada lisää tietoa? *

1000 merkkiä jäljellä

9. Oliko saamasi tieto monikkoraskaudesta mielestäsi oikea-aikaista? *

- Kyllä
 Ei
 En osaa sanoa

10. Tuettiin raskausaikana monikkovanhemmuuteen? Jos vastasit kyllä, miten? *

- Ei
 Kyllä

11. Tuettiin mielestäsi koko perhettä tulevaan monikkoarkeen? Jos vastasit kyllä, miten? *

- Ei
 En osaa sanoa
 Kyllä

12. Mistä saitte tukea monikkoraskauteen?

	En saanut tukea	Sain vähän tukea	En osaa sanoa	Sain tukea	Tuettiin erittäin hyvin
Neuvola *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Äitiyspoliklinikka *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Savon monikkoperheet ry *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Internet *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Some *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ystävät *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Perhe *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vertaistuki *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Muu, mikä? _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. Mistä saitte tukea monikkovanhemmuuteen?

	En saanut tukea	Sain vähän tukea	En osaa sanoa	Sain tukea	Tuettiin erittäin hyvin
Neuvola *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Äitiyspoliklinikka *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Savon monikkoperheet ry *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Internet *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Some *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ystävät *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Perhe *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vertaistuki *	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Muu, mikä? _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

14. Oletteko saaneet vertaistukea monikkoarkeen? Jos vastasit kyllä, mistä? *

En ole

Kyllä olen, Mistä?

15. Kuinka tärkeäksi olette kokeneet vertaistuen?

16. Minkälaista apua tai tukea olisitte kaivanneet raskausaikana tai lasten syntymän jälkeen?

17. Miten mielestänne voisi kehittää nykyisiä palveluita kuten neuvolan toimintaa tai yhdistyksen toimintaa?
